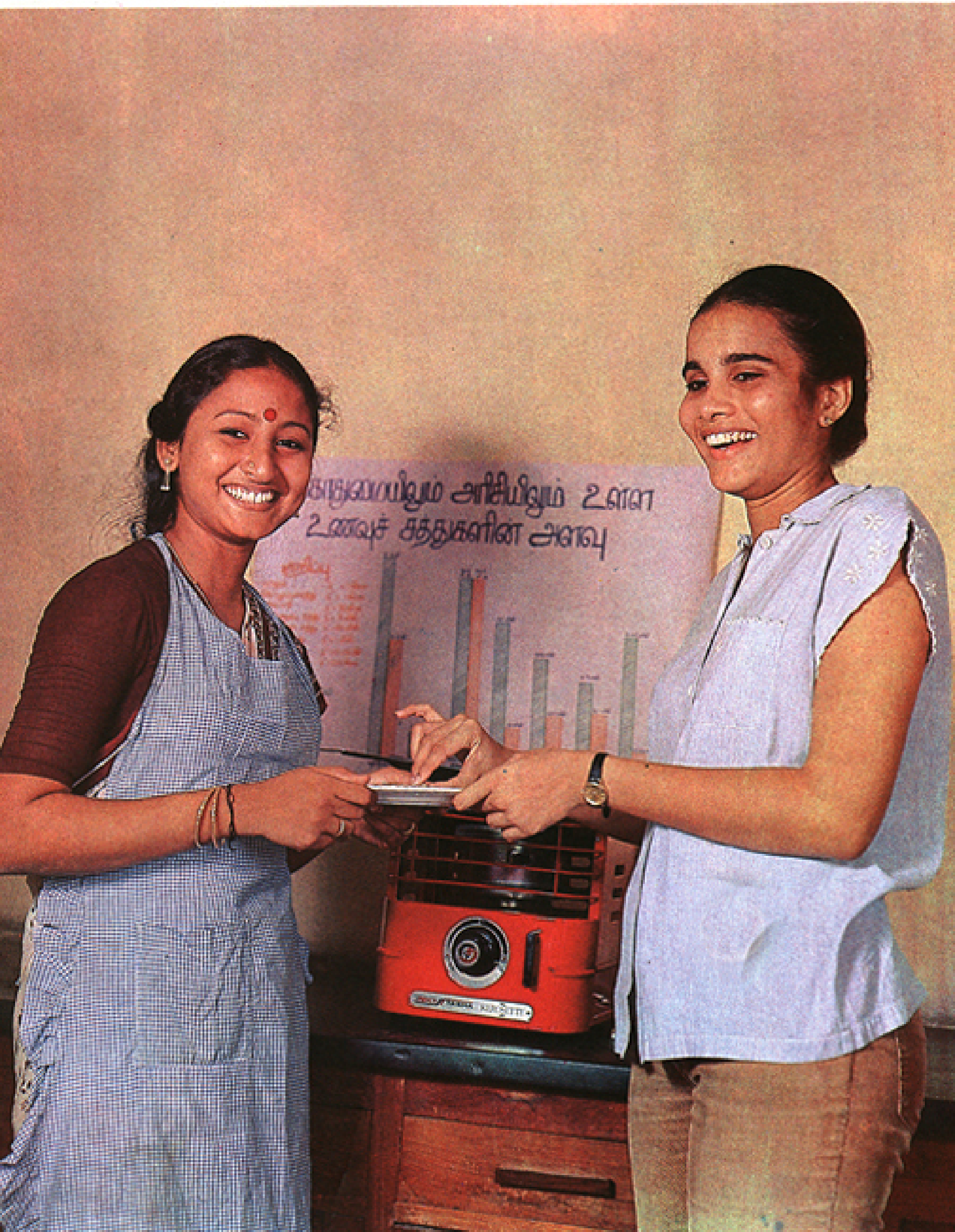
மங்கையர் மலர்

ஜீன் 85 ரூ.2



லிட்டில் பாலிகார்ப்: அதுவே அன்னையர் நாடுவது. ஏனெனில், ஃபீடிங் பாட்டில் தேர்ந்தெடுப்பது பிள்ளைவிளையாட்டல்ல என்பதை அறிவர் அவர்கள்!



மிகவும் பாதுகாப்பான மிக சுகாதாரமான ஃபீடிங் பாட்டில் உங்கள் குழந்தைக்கு

உங்கள் குழந்தைக்கு உணவுகளைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் சிரமத்தையும் கவனத்தையும் போலவே ஃபீடிங் பாட்டில் தயாரிப்பதற்கு சிரமமும் கவனமும் எடுத்துக் கொள்கிறோம் நாங்கள்.

உங்கள் குழந்தைக்காக முழுமையான பாதுகாப்போடும் சுகாதாரத்தோடும் ஃபீடிங் பாட்டில் தயாரிக்கிறோம். சிறிதும் நாற்றமில்லாதது— கவலையின்றி நீங்கள் அதைக் கழுவி, கிருமிநீக்கம் செய்யமுடியும்.

அது உடைந்து விடாததை உறுதி செய்திட நாங்கள் அதிக கவனம் எடுத்துக் கொள்கிறோம். உலகிலேயே மிகச்சிறந்த வெளிநாட்டு பாலிகார்பனேட்டை உபயோகிக்கிறோம். ஆகவே அது சிதைந்துவிடாது. விரிந்து விடாது— பால் குடித்தபின் குழந்தை ஒரு குணத்திலே அதை தூக்கி எறிந்தாலும்கூட.

கசியாததை உறுதி செய்திட நாங்கள் மிகவும் கவனம் எடுத்துக் கொள்கிறோம்... அதை தலைகீழாக வைத்துப் பாருங்களேன்... சிந்தாது சிதறாது!

பெரும்பாலான தாய்மார்கள் லிட்டில் பாலிகார்ப்பையே நம்புவதில் வியப்பில்லையே! என்ன இருந்தாலும், உங்கள் குழந்தை என்று வரும்போது தரத்தில் விட்டுக்கொடுக்க மாட்டார்கள்... ஆகவே நீங்கள் தேர்ந்தெடுப்பது லிட்டில்ஸ் பாலிகார்ப்.

லிட்டில்ஸ் பாலிகார்ப்

நலமும் கவனமும் மலிந்திட வழங்குவது வோல்ட்டாஸ்.

OBM/4925 TAM



வாழ்ந்து காட்டிய சுதா



செய்திமலர்

தில்லானா மோகனாம்பாள், சங்கராபரணம், சிரிசிரி மூவ்வா, சலங்கை ஒலி, ஆனந்த பைரவி முதலான இசை நாட்டியத்தைக் கதையம்சமாகக் கொண்ட வெற்றிப் படங்களின் வரிசையில் மயூரி என்னும் தெலுங்குப் படம் வெளியாகி வசூலில் சக்கை போடு போட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. இதன் கதாநாயகி சுதா சந்திரன் திறமை வாய்ந்த நர்த்தகி. *1981*—ல் ஒரு கார் விபத்தில் வலது காலை இழந்து விட்டார். முழங்காலுக்குக் கீழே வெட்டியெடுக்கும்படியாகி விட்டது. இனி அவர் நாட்டியமே ஆட முடியாது என்று சொல்லிவிட்டார்கள். ஆனால் சுதா மன உறுதியுள்ள பெண்ணாக இருந்ததால் எப்படியும் மேடையில் ஏறி நட்னம் ஆடுவேன் என்று சபதம் எடுத்தார்.

ஜெய்ப்பூரில் பி.கே.சேத்தி என்னும் டாக்டர் காலை இழந்தவர்களுக்கு பாலிதீன் செயற்கைக் கால்களைத் தயாரித்துப் பொருத்துவதில் புதிய சாதனையைச் செய்தவர். காலிழந்தவர் தேவைக்கேற்ப செயற்கைக் கால்களை உருவாக்கிப் பொருத்தியபின் கால் இல்லாத குறையே இல்லாமல் நடக்கவும், ஓடவும், மண்டியிட்டு உட்காரவும், வேலைகளை முன்பு போல் செய்யவும் முடியும் என்று செய்து காட்டியவர்.

சுதா அவரிடம் சென்று 'என்னை மீண்டும் நடனமாடச் செய்ய முடியுமா?' என்று கேட்டார். 'ஏன் முடியாது?' என்றார் டாக்டர் சேத்தி.

1983—ல் செயற்கைக் காலில் சலங்கை அணிந்து மீண்டும் மேடையில் ஏறினார் சுதா. ஒரு கால் இல்லை என்பதே யாருக்கும் தெரியவில்லை. அத்தனை அற்புதமாக நடனமாடினார்.

இவரைப் பற்றிய செய்தியைப் படித்த ஆந்திரப் பத்திரிகை அதிபர் ராமோஜி ராவ் சுதாவின் கதையையே படமாக எடுத்து அதில்அவரையேஹீரோயினுக நடிக்கச் செய்வது என்று தீர்மானித்தார். சுதாவும் மகிழ்ச்சியுடன் முன் வந்தார்.

மயூரியின் வெற்றிக்குப் பிறகு சுதாவுக்கு வேறு படங்களில் நடிக்கும் வாய்ப்புகள் வந்திருக்கின்றன.

பம்பாய் பல்கலைக்கழகத்தில் எம்.ஏ.. படித்துக் கொண்டிருக்கும் தமிழ்ப் பெண் சுதா.

* * * * *

சாதி அடிப்படையில் கொள்கைகள் அமலாக்கப்படுமானுல் அதன் விளைவு என்னவாகும்என்பதுகுஜராத்தில் வெடித்துள்ள முற்பட்டவர் பிற்பட்டவர் சாதிக் கலவரத்திலிருந்து தெளிவாகிறது. தாழ்த்தப்பட்டவர்களுக்கு மேற்படிப்பு, அரசுப் பதவிகள் இவற்றில் இடம் ஒதுக்கும் கொள்கை ஆரம்பத்தில் ஷெட்யூல்ட் வகுப்பினர், மலைஜாதியினர் என்று ஆரம்பித்து இப்போது பிற்பட்ட சமூகம் என்று 50 சதவீதத்திற்கு மேற்பட்ட ஜனத்தொகைக்கு இடஒதுக்கீட்டுக் கொள்கையாக பல மாநிலங்களில் அமலாக்கப்படுகிறது. இதன் விளைவாக 'முற்பட்ட' ஜாதியினருக்கான வாய்ப்புகள் சுருங்கி அவர்களிடையே பெரும் கொந்தளிப்பை ஏற்படுத்திவிட்டது.

பெரும்பாலும் அரசியல் கண்ணேட்டமே குறுகிய தேர்தல் லாபங்களுக்காகச் செயலாக்கப்படுகின்றன. முற்பட்டவர் பிற்பட்டவர் என்று ஜாதியை அடிப்படையாகவைத்துப் பிரிப்பதில் பெரும் அபாயம் உண்டு.

சமூகம் பிளவுபட்டு தற்போது காணப்படும் அனுவசிய விளைவுகள் தோன்றுகின்றன. சலுகைகள் வழங்குவதில் ஜாதி அடிப்படைக்குப் பதிலாக வேறு அடிப்படையை உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். யாருமே நிரந்தரமாகபிற்பட்டவர்என்றோதாழ்த்தப்பட்டவர் என்றோ இருப்பதில்லை. பொருளாதார அடிப்படையில் சலுகைகள் வழங்குவதுதான் சம வாய்ப்புக்கு உறுதியளிக்கும் ஜனநாயகமுறையின் மரபு.

* * * * *

பஞ்சாபில் சீக்கியத் தீவிரவாதிகள் மீண்டும் அராஜக வெறியாட்டச் செயல்களில் ஈடுபட ஆரம்பித்துவிட்டனர். பட்டப்பகலில் கொலைகள் செய்து தப்பிவிடுகிருர்கள். டில்லியில் பஸ் நிலையத்திலும் ஓடும் பஸ்களிலும் வெடிகுண்டுகளை வெடித்துப் பீதியைப் பரப்பிவிடுகிருர்கள். சீக்கியத் தீவிரவாதிகளின் செயலை சீக்கிய சமூகம் கண்டிக்காமல் இருப்பதோடு அவர்களுக்குப் பாதுகாப்பும் அளித்து வருகிறது.

சீக்கியர்களின் கோரிக்கைகளைச் சுமுகமாகப் பேச்சு வார்த்தைகளின் மூலம் தீர்த்துக் கொள்ள முடியும். இதைக் கருதிதான் ராஜீவ்காந்தி அகாலித் தலைவர்களையும் சீக்கியத் தீவிரவாதிகளையும் சிறையிலிருந்து விடுவித்தார்.

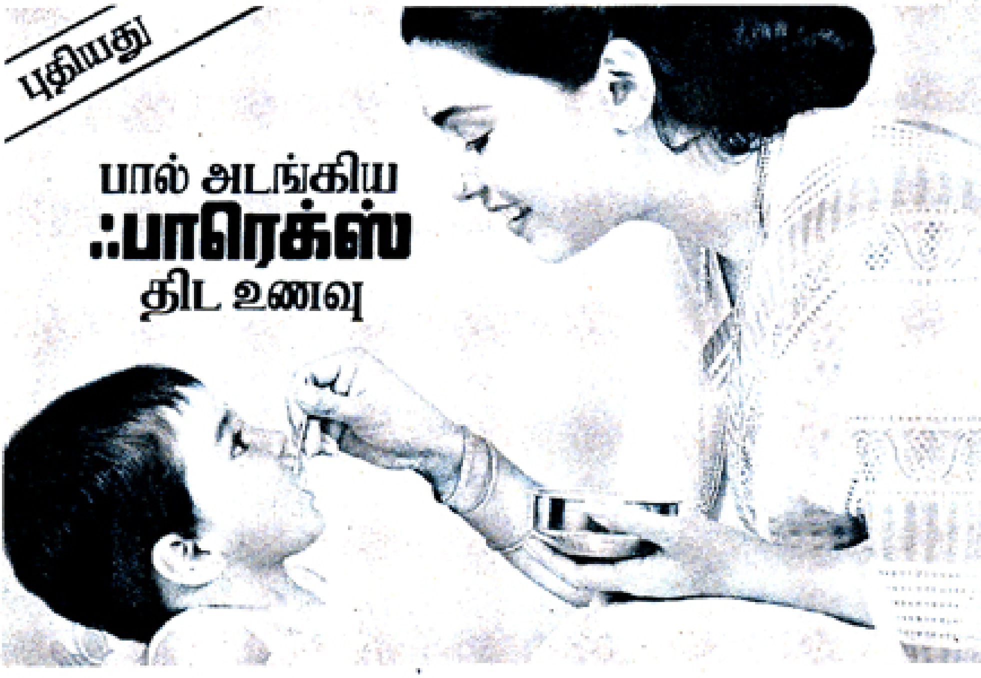
பஞ்சாப் பிரச்னையில் டில்லி ஆட்சியின் அணுகுமுறையில் ஏதோ கோளாறு இருப்பது வெளிப்படை. அஸ்ஸாமிலும் இதே காரணத்திஞல் பிரச்னைகள் தீர்க்கப்படாமல்வளர்ந்து வருகின்றன. கோரிக்கைகளை நிர்தாட்சண்யமாகஆராய்ந்து அவற்றைத் தீர்த்து வைத்து சமாதான சூழ்நிலையை நிலைநாட்டுவது அரசுத் தலைவர்களின் கடமை.

— ரங்கஸ்ரீ.

பெங்களூர் ரசம்:

இதற்குக் கூட கொஞ்சம் பருப்புப் போட வேண்டும். எல்லா ரசம் போல் புளி, உப்பு, கொதித்த பிறகு தக்காளி சேர்த்து, கொதித்தபின் பருப்பை நன்ருகக் கடைந்து அப்படியே கொட்டி, வாணலியில் மிளகாய் வற்றல், தனியா கொஞ்சம், வெந்தயம் கொஞ்சம், கடுகு, துளி கொப்பரை, மிளகு, சீரகம், கொஞ்சம் சேர்த்து வறுத்துப் பொடி செய்து இறக்கும் பொழுது போட்டுக் கொதி வந்ததும், கடுகு, கருவேப்பிலை, பெருங்காயம் தாளிக்கவும். கலக்கிவிட்டுக் கொள்ளவும்.

குழம்பு, ரசம், இரண்டும் ஒன்ருக செய்ய இது நல்லது. வாய்க்கு மிக ருசியாக இருக்கும்.



அதிக சுவையானது
அதிக முழுமையானது



நீங்கள் பாசத்துடன் ஊட்டும் ஒவ்வொரு கவளமும் உங்கள் பாப்பாவின் வளர்ச்சிக்குச் சிறந்ததாகும்.

பால் அடங்கிய ஃபாரெக்ஸ் திட உணவு. இதைக் கலப்பது எளிது. பாப்பாவுக்கு ஊட்டுவதும் எளிது.

பாப்பாவின் வளர்ச்சிக்கு இன்றியமையாத புரதம் நிரம்பியது. மிக ஆரோக்கியமான இரத்தத்திற்குக் கூடுதல் இரும்புச்சத்து கொண்டது. உறுதியான பற்களையும் எலும்புகளையும் பெற சரியான விகிதத்தில் கால்ஷியமும் ஃபாஸ்ஃபரஸும் அடங்கியது. பாப்பாவின் மென்மையான ஜீரண சக்திக்கென முன்கூட்டிப் பக்குவம் செய்தது.

பால் அடங்கிய ஃபாரெக்ஸ் திட உணவு. அதிக முழுமையான திட உணவு.

உடல் நலத்தின் உறைவிடம்—**கிளாக்ஸோ**

இலவசம்! குழந்தையின் முதலாண்டுப் புத்தகம்: உங்களது பிரதியைப்பெற தபால் மற்றும் இதர செலவிற்கு ரூ. 1/— தபால்தலை உள் வைத்து எழுதுவீர் இம்முகவரிக்கு—தபால் பெட்டி எண் 19119, (FCM-21) பம்பாய் 400 025.

CLARION/5/GX/4/203 TAM

நீயே துணையாகி நின்றேன்

நம் பாரத பூமியில் பல தேவி உபாஸகர்கள் தோன்றி மறைந்துள்ளார்கள். அவர்கள் அம்பாளையே தாங்கள் உபாஸிக்கும் ஏக தெய்வமாகக் கொண்டு உய்ந்துள்ளார்கள். தன் பக்தன் மார்க்கண்டேயனுக்காக, பரமேசுவரன் காலனையே ஸம்ஹாரம் செய்த புனிதத் தலமாக திருக்கடவூர் விளங்குகிறது. அத்தலத்தில் எழுந்தருளியுள்ள அபிராமியம்மையை தான் வழிபடும் ஒரே தெய்வமாகக் கொண்டு வாழ்ந்த மகான் அபிராமி பட்டர் ஆவார்.

கடவூரில் அமிர்தகடேசுவரராக விளங்கும் பரமேசுவரன் தன் பக்தனாகிய மார்க்கண்டேயனைக் காப்பாற்றியது போல, மகா திரிபுர சுந்தரியாக விளங்கும் ஸ்ரீ அபிராமி தன் பக்தனாகிய அபிராமி பட்டரைக் காப்பாற்றுவதற்காக அமாவாசையன்று விண்ணில் பூர்ண சந்திரனைத் தோற்றுவித்த நிகழ்ச்சி எல்லோரும் அறிந்ததாகும். பட்டர் அருளிய பக்தி ரஸம் நிரம்பிய அபிராமி அந்தாதிப் பாடல்களில் நயம் சொல்லச் சொல்ல அமுதமாகப் பொங்கும். அதன் முதல் பாடலிலேயே எத்தனை நயம் ததும்புகிறது தெரியுமா?

அந்தப் பாடலிலேயே அபிராமி பட்டர் அபிராமியைத் தன்னுடைய விழுத் துணையாகக் கொண்டு விட்டதைக் காட்டியுள்ளார். தேவியைத் தன் உயிர்த் துணையாகக் கொண்டு விட்டதைக் கூறுவதற்கு முன்பாக, அவளுடைய திருவுருவத்தைப் பற்றி விளக்கியுள்ளார். தந்திர சாஸ்திரங்கள், பிரகாசாம்ஸமாகிற வெள்ளைநிறம் சிவனுக்குரியது என்றும், விம[illegible]ம்ஸமாகிற சிவப்பு நிறம் அம்பிகைக்குரியது என்றும் கூறும். எனவே சிவப்பு நிறமுள்ள தேவியின் திருமேனி நிறத்திற்குச் சிவப்பு நிறமுள்ள ஆறுபொருள்களையே முதல் பாடலில் உவமையாக்கியுள்ளார் பட்டர்.

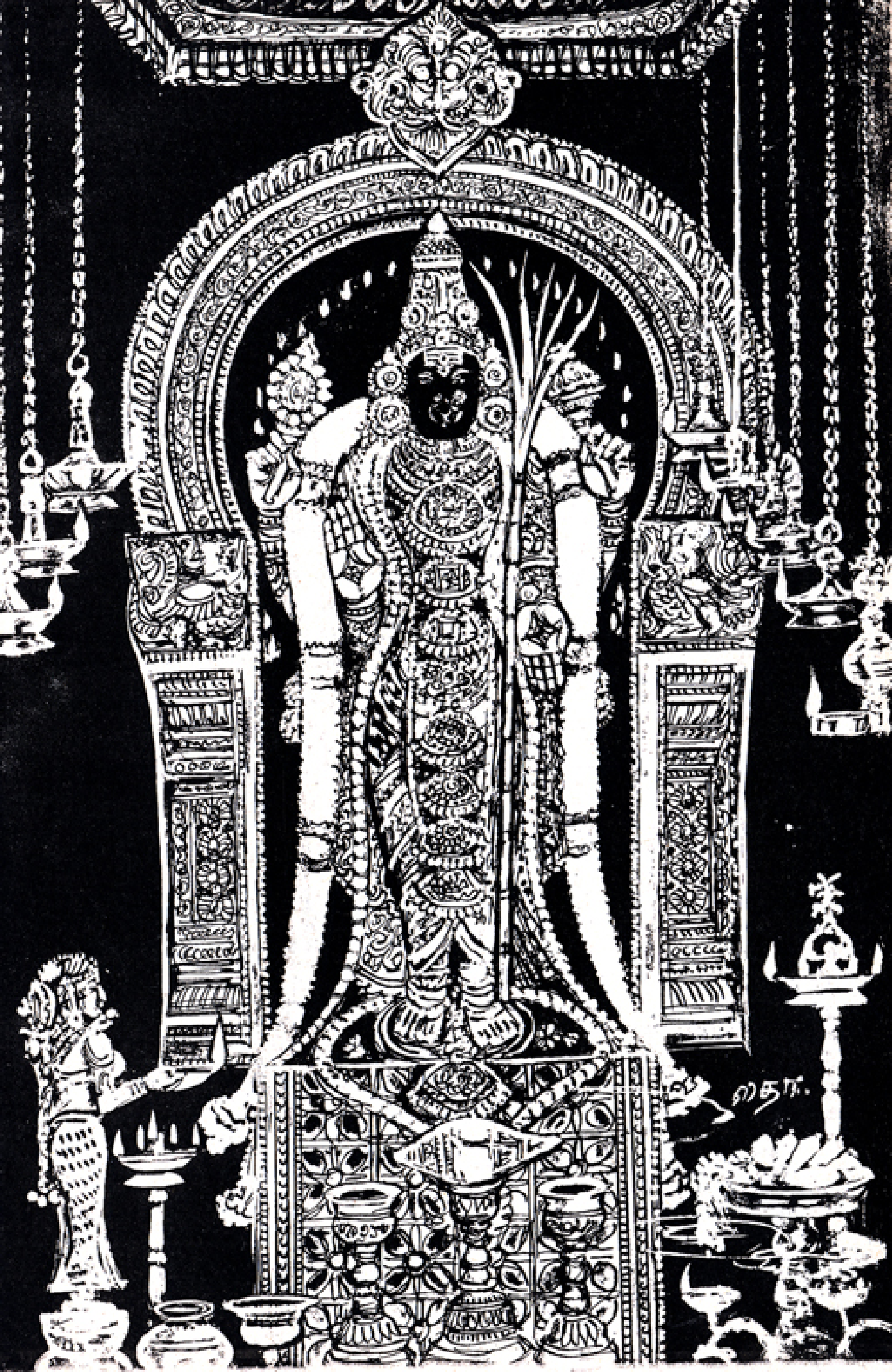
உதயமாகின்ற இளஞ்சூரியன் சிவப்பு நிறத்தோடு குளிர்ந்த ஒளியையும் உடையவளாக இருப்பதை மனத்தில் கொண்ட பட்டர், உதிக்கின்ற செங்கதிரை அபிராமியின் திருமேனிக்கு முதல் உவமையாக்கிப் பாட்டைத் துவக்கியுள்ளார். இதே கருத்தை, லலிதா ஸஹஸ்ர நாமம் "உத்யத் பானு ஸஹஸ்ரபா" என்ற நாமாவளியில் கூறும். இதனுடைய பொருள், "தேவி ஆயிரம் சூரியன்கள் உதித்தாற்போன்ற பிரகாசம் உடையவள்" என்பதாம்.

உதிக்கின்ற செங்கதிரை அவள் திருமேனிக்கு உவமையாக்கிய பட்டர், உச்சி வேளையிலே மலர்கின்ற மென்மையும் சிவப்பு நிறத்தோடு கூடியதுமான மஞ்சாடி மலரை உவமையாக்கி அதை "உச்சித்திலகம்" எனக் குறிப்பிட்டுள்ளார். தேவி, மஞ்சளும், குங்குமமும் படிந்த திருமேனியுடையவளாக இருப்பதை "ஹரித்ரா — குங்குமாதிக்தாயை நம:" என்ற லலிதா த்ரிசதி நாமாவளி கூறும். உண்மையான தேவி உபாஸகராகிய பட்டர் இவற்றையெல்லாம் நன்றாக அறிந்தவராதலால், அவளை உள்ளத்தில் சிவந்த திருமேனியுடையவளாகக் கருதி உவமைகளைக் கூறுவதில் வியப்பில்லை.

உச்சித்திலகத்தைத் தேவியின் திருமேனி நிறத்திற்கு உவமையாக்கிய பட்டருக்குச் சிவப்பு நிறமும், ஒளியும் பொருந்திய மாணிக்கம் நினைவில் வருகிறது. இரத்தினங்களைப் பரீட்சை செய்வதில் தேர்ந்தவர்கள், மாணிக்கத்தை உயர்ந்ததாகவும், விலை மதிப்பற்றதாகவும் மதிப்பிடுவார்கள். மேலும் மாணிக்கம் பகல், இரவு என்றில்லாமல் எப்பொழுதும் ஒளிர்விடும் சுபாவமுடையதாகும். தேவியும் எப்பொழுதும் ஒளி விடுபவள்தானே! இனி மாதுளம் பூவை நான்காவது உவமையாக்கியுள்ளார் பட்டர். மாதுளம்பூ செம்மை நிறத்தோடு மென்மையும் குளிர்ச்சியும் உடைய மலராகும். மாதுளம்பூவின் நிறத்தைப் போன்ற காந்தியை உடையவள் என்ற "தாடிமீ குஸுமப்ரபா" என்ற லலிதா ஸஹஸ்ர நாமாவளியை அறிந்தவர் பட்டர். எனவே அம்பிகையின் மென்மைக்கும், வண்ணத்துக்கும் ஏற்ற உவமையாக மாதுளம்பூவைக் கூறியுள்ளார்.

சிறந்த தேவி உபாஸகராதலால் தேவியினுடைய திருமேனிக்கு உரியதும், பொருத்தமும் உடையதான உவமைகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாகக் கூறிய பட்டர், ஐந்தாவது உவமையாக திருமகள் துதிக்கின்ற மின்னல் கொடி போன்று விளங்குகிறாள் என்று சொல்லுவார். தேவி, "தன்னுடைய இடது வலது புறங்களில் முறையே திருமகளாலும் கலைமகளாலும் சாமரங்கொண்டு சேவிக்கப் பெற்றவள்" என்ற கருத்தைக் கூறும் "ஸசாமர — ரமாவாணீ — ஸவ்ய — தக்ஷிண ஸேவிதாயை நம:" என்ற லலிதா ஸஹஸ்ர நாமத்தில் வரும் நாமாவளியும்; "மின்னல் கொடி போன்று விளங்குபவள்" என்ற கருத்தைக் கூறும் "தடில்லதா ஸமருச்யை நம:" என்ற நாமாவளியும் பட்டரின் உள்ளத்தில் உதித்தன. அதன் விளைவாக, தேவி திருமகளால் துதிக்கப்படுகின்ற மின்னல் கொடி போன்ற நிறத்தை உடையவளாக விளங்குவதை ஐந்தாவது உவமையாக்கியுள்ளார்.

தேவி மின்னல் கொடி போன்று விளங்கு



-ளுள் என்பதற்கு உட்பொருள் உண்டு. மின்னல் கொடி பிரகாசம் மட்டுமின்றி தோன்றி மறையும் இயல்புடையதாகும். அதாவது தேவியினுடைய காட்சி ஞான முதிர்ச்சியில் ஏகாக்ரமாய் தியானிக்கும் போது தோன்றியும், மற்ற காலங்களில் மறைந்து இருக்கும் நிலையைக் குறிக்கும் என்ற உட்பொருளை "மின்கொடி" என்ற சொல் உள்ளடக்கியுள்ளது என்று கூறலாம்.

நிறைவாக அபிராமியின் திருமேனி நிறத்துக்குக் குங்குமத் தோயத்தை ஆருவது உவமையாக்கியுள்ளார். தேவி மென்மையான மணமுள்ள குங்குமப்பூ கரைத்த குழம்பு போன்ற நிறமுடையவள் என்று காளி தாஸன் கூறுவான். குங்குமத் தோயத்தில் சிவப்பு நிறத்தோடு நறுமணமும், குளிர்ச்சியும் சிறப்பாக உள்ளன. இவ்வாறு தேவியை சிவப்பு வண்ணமாகவே இப்பாடலில் தியானிக்கிறார் பட்டர்.

தேவிக்குப் பலவித ரூபங்கள் இருப்பது போல பலவித வர்ணங்களும் உண்டு. "ஸர்வ வர்ணோபசோபிதா" என்ற வரி லலிதா ஸஹஸ்ரநாமத்தில் இக்கருத்தைக் கூறும். ஆயினும் தேவியின் திருமேனி நிறத்திற்குச் சிவப்பு வண்ணத்தையே விசேஷமாகக் கூறுவர். பட்டரும் ஆருவது அந்தாதிப் பாடலில் அபிராமியை. "சிந்துர வண்ணப் பெண்ணே" என்றே விளித்துக் கூறியுள்ளார்.

இவ்வாறு, சகல ஆகம சாஸ்திரங்களும் வரையறுத்துக் கூறும் தேவியின் அழகு, சிவப்பு நிறம், ஒளி முதலியவற்றைப் பற்றிக் கூறி முதல் பாடலை அபிராமி பட்டர் நிறைவு செய்கிறார். மேலும், அபிராமியைத் தன்னுடைய உயிர்த் துணை. அதாவது விழுத்துணை என்று சொல்லுவதின் வாயிலாக பட்டர் தான் ஏக தெய்வ வழிபாடு உடையவர் என்பதையும் விளக்குகிறார். அவளே கதியென்று சரணாகதி அடைந்து விட்டால் பட்டரைக் காப்பாற்றியது போல நம்மையும் உய்விப்பாளன்றோ அந்த அன்னை அபிராமி!

"உதிக்கின்ற செங்கதிர், உச்சித்திலகம்,
உணர்வுடையோர்
மதிக்கின்ற மாணிக்கம், மாதுளம்போது,
மலர்க்கமலை
துதிக்கின்ற மின்கொடி, மென்கடிகுங்
குமத் தோயமென்ன,
விதிக்கின்ற மேனி அபிராமியென்றன்
விழுத்துணையே."

— மாயூரம் அபிராமி தாஸன்

(இந்த இதழில் வெளி வந்துள்ள பல்வேறு ரசம் பற்றிய சமையல் குறிப்புக்களை எழுதியவர் அம்புஜா ராகவன்)

"எவர்சில்வர் பாத்திரம் வாங்கலாமே!"



''நாமெல்லோரும் மேல்நாட்டு நாகரீகத்தைப் பார்த்து ஆசைப்படறோம், ஆனால் மேனாட்டினர் நம்ம நாட்டை, நம்ம பொருட்களைப் பார்த்து ஆசைப்படறாங்க. அதுவும் இந்தியாவின் கைவினைப் பொருட்கள் மேல அவங்களுக்கு ஏகப்பட்ட மோகம்.

எங்களுடைய வட ஆற்காடு கூட்டுறவு சங்கத்தின் மூலமா அடுக்கப்பாறை, இடையன் சாத்து, வாலாசாப் பேட்டை முதலிய இடங்கள்ள பெண்களைக் கொண்டு பிரம்பு போன்ற பொருட்களால் செய்யற பல பொருட்களைத் தயாரிக்கிறோம்.

டீப்பாய், கூடை, பை, அடுக்குத் தட்டு இதையெல்லாம் இங்க வந்து பார்க்கற மேனாட்டினர் பிரமிக்கிறாங்க. ஆர்டர் மேல ஆர்டர் கொடுத்துச் செய்யறாங்க. ஆனால் நம்ப பெண்கள் இதுக்குக் கொடுக்கற காசுக்கு ஒரு எவர்சில்வர் தட்டு வாங்கலாம்னு போயிடறாங்க...''

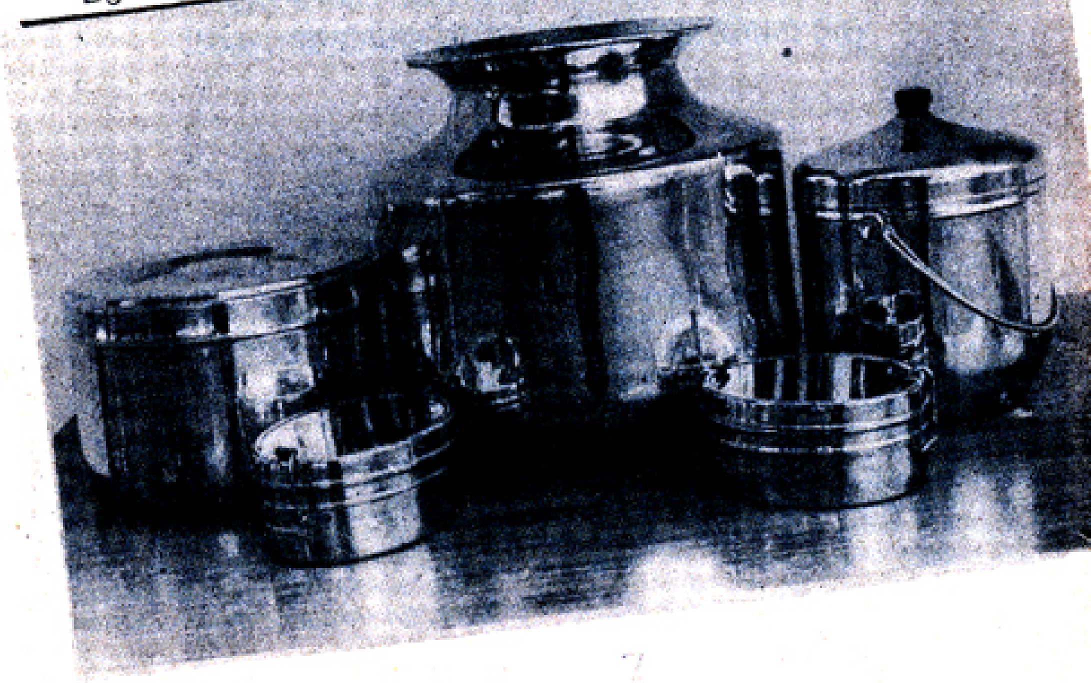
என்று சிரிக்கிறார் வேலூர் கூட்டுறவு சங்கத்தைச் சேர்ந்த நாராயணமூர்த்தி.

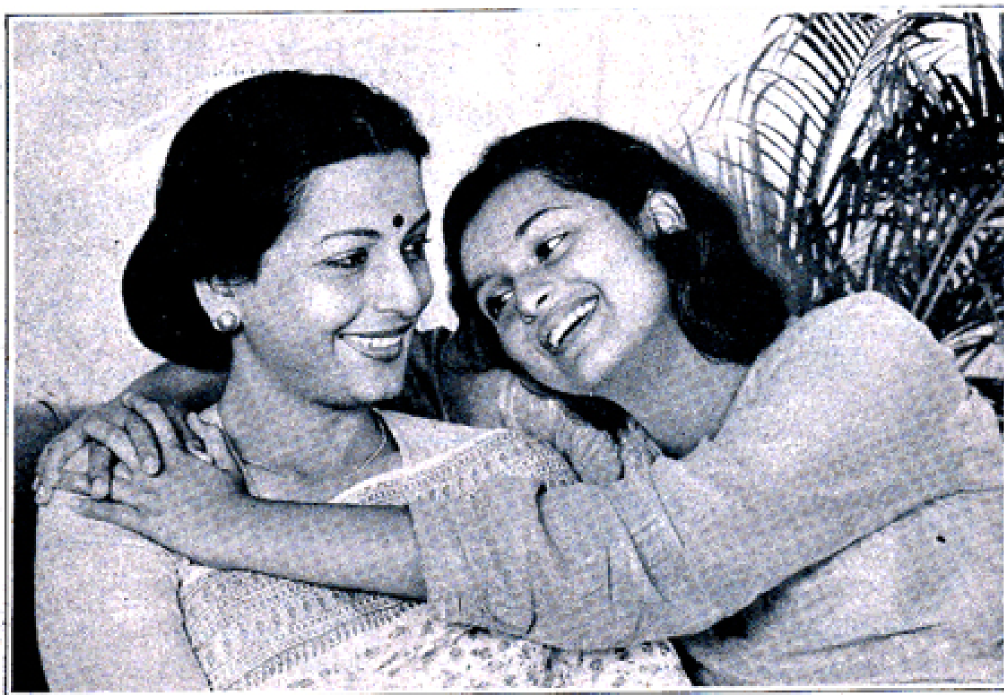
இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டிக்கு நடுவர்களாக இருக்க விரும்பும் மாதர் சங்கங்கள்:

ஆசிரியர்,
மங்கையர் மலர்,
சென்னை—32.

என்ற முகவரிக்கு எழுதலாம். விவரங்கள் தனிப்பட்ட முறையில் எழுதப்படும்.

இம்மாத இல்லத்தரசிப் போட்டியில் பரிசாகத் தரப்படும் பாத்திரங்கள் (பக். 46).





பருவத்தின் எல்லையில் என் பாசத்துக்குரிய மகள், சங்கடமான இந்தக் காலகட்டத்தில் அந்த இளம் உள்ளம் படும் வேதனை, தாயாகிய எனக்குத் தான் புரியும்.

"என் மகளுக்கு கேர்ஃப்ரீ வாங்கித் தர நான் முடிவு செய்தது ஏனென்றால்"..

ஒரு சிறுமியின் வாழ்க்கையில் அவள் வயதுக்கு வரும் காலகட்டம் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றாகும். பயமும், வெட்கமும், தவிப்பும் நிறைந்து, உடலளவில் மட்டுமின்றி மனத்தளவிலும் அவள் பாதிக்கப்படும் நேரமும் அதுதான்.

நான் ஒரு தாய். இந்தக் காலகட்டத்தை அனுபவித்தவள். அதன் சிரமங்களை நன்கு உணர்ந்தவள். குறிப்பிட்ட அந்த ஐந்து நாட்களும் ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படும் சங்கடமும் தொல்லையும் எனக்கு நன்றாகவே தெரியும்.

இத்தனை வருடங்களாக, சானிடரி பாதுகாப்புக்குத் தேவையானதை நான் வீட்டிலேயேதான் தயாரித்துக் கொள்வேன். அது மிகவும் தர்மசங்கடமான வேலைதான்!

மீண்டும் மீண்டும் பயன்படுத்துவதற்காக நன்றாகத் துவைத்து, காயப்போட்டு... போதும் போதும் என்றாகி விடும். அக்கம் பக்கத்தில் உள்ளவர்களுக்குக் கூட நமது 5 நாள் பிரச்னை விளம்பரப்படுத்தப்பட்டு விடும். இத்தனை அவஸ்தைப் பட்டாலும்,

நமக்குத் தேவையான சானிடரி பாதுகாப்பு கிடைக்குமா என்பதும் நிச்சயமில்லை. அது மட்டுமல்ல; எப்போது எந்த அசம்பாவிதம் நடந்து அவமானப்பட வேண்டி வருமோ என்று பயந்து நடுங்கிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

என்னைப் பொறுத்தவரையில் இதிலெல்லாம் ஓரளவு பழக்கப்பட்டுவிட்டேன் என்றே சொல்லலாம். தவிர, அந்தக் காலத்தில் சங்கடமான அந்த 5 நாட்களில் பெண்கள் வெளியே போவது என்கிற வழக்கமெல்லாம் அறவே கிடையாது.

ஆனால் இப்போது காலம் மாறிவிட்டது... பெண்கள் மாதத்தின் அந்த 5 நாட்களில்கூட துடிப்பாக செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

ஆனால் இப்போது காலம் மாறிவிட்டது. இப்போது கேர்ஃப்ரீ போன்ற நவீன சானிடரி பாதுகாப்பு கிடைக்கும் இந்த நாளில், என் மகளும் நான் இளம் பெண்ணாக இருந்ததைப் போலவே ஏன் வீட்டிற்குள் அடைபட்டுக் கிடக்கவேண்டும். நான் வளர்ந்த காலம் வேறு. என் மகள் வளரும் சூழ்நிலை வேறு இன்றைய சிறுமிகள் மாதத்தின் அந்த 5 நாட்களில் கூட துடிதுடிப்பாக செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

என் மகளைப் பாருங்களேன். அவள், நான் இளம் பெண்ணாக இருந்த காலத்தில் செயல்பட்டதைவிட மிக...மிக சுறுசுறுப்புடன் செயல்பட வேண்டியிருக்கிறது...படிப்பு விஷயத்திலும் சரி, இதர வேலைகளிலும் சரி. நாங்கள் இருந்ததைப் போல என் மகளையும் வீட்டிற்குள் முடக்கிப்போட நான் விரும்பவில்லை.

அதனால்தான் நான் கேர்ஃப்ரீயைத் தேர்ந்தெடுத்தேன். என் மகளின் துடிப்புக்கும் துள்ளலுக்கும், ஆட்டத்துக்கும் ஓட்டத்துக்கும் ஈடு கொடுக்கும் இணைபிரியாத் தோழி கேர்ஃப்ரீ.

முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால் கேர்ஃப்ரீ ஒரு ரெடிமேட் நாப்கின். துணியையும் பஞ்சையும் வைத்து மடித்து, நேரத்தை வீணாக்கும் தொல்லை கிடையாது.

நான் அந்தக் காலத்தில் செய்தது போல என் மகள் துவைத்து, காயப் போட்டு, சங்கடப்பட வேண்டியதில்லை. தேவையான நேரத்திலே சட்டென்று புத்தம் புதுசாக, சுத்தமான ஒரு நாப்கினை எடுத்து அவள் உபயோகிக்கலாம்.

ஒரு விஷயத்தை நான் ஒப்புக்கொண்டாக வேண்டும். முதலில் எனக்கு இத்தகைய ரெடிமேட் நாப்கின்மீது கொஞ்சம் அவநம்பிக்கை இருக்கவே செய்தது. ஆனால், இப்போது என் மகள் மாசாமாசம் கேர்ஃப்ரீ பயன்படுத்தி மகிழ்ச்சியோடு இருப்பதைப் பார்த்ததும் எனக்குப் பூரண நம்பிக்கை ஏற்பட்டு விட்டது. தேவையான சானிடரி பாதுகாப்புக்கும், அசம்பாவிதம் எதுவும் நடக்காமல் தடுக்கவும் சானிடரி நாப்கின் பெரிதாக, கனமாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் எண்ணி வந்தது தவறு என்பது இப்போது விளங்குகிறது.

கேர்ஃப்ரீ உபயோகிப்பதால் சுகமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் உணர்வதாக என் மகளே சொல்கிறாள். பயமின்றி, கவலையின்றி வெளியே சுற்றவும் முடிகிறது என்றும் கூறுகிறாள். அப்பாடா! எனக்கு ஒரு கவலை விட்டது.

கேர்ஃப்ரீ பயன்படுத்துவதில் சிரமமோ சிக்கலோ எதுவுமே கிடையாது. இதனாலேயே என் மகளுக்கு எந்த விதமான பிரச்னையும் இல்லை. அதைக் குறித்து நான் சந்தோஷப்படுகிறேன்.

எனக்குக் கிடைக்காத ஒரு சுதந்திரமும் பாதுகாப்பும் கேர்ஃப்ரீ மூலம் என் மகளுக்குக் கிடைத்திருப்பதைப் பார்த்துப் பூரிப்படைகிறேன். ஒரு பெண்தான்—அதுவும் ஒரு அன்னைதான்—என்னுடைய மன உணர்வுகளைச் சரியாகப் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

காலத்தோடு நாமும் மாறியாக வேண்டும். அதுவும் நமக்கு அதிக சுதந்திரமும் பாதுகாப்பும் தருகிற கேர்ஃப்ரீ வடிவிலே அந்த மாற்றம் இருக்குமானால், அதை நாம் வேண்டாம் என்று ஒதுக்குவானேன்?



கிடைக்கிறது, 10 உள்ள பேக் மற்றும் சிக்கனமிக்க 20 மற்றும் 30 உள்ள பேக்குகளிலும்

தவிரவும் கிடைக்கிறது, கேர்ஃப்ரீ 10 உள்ள பேக்கில்

கேர்ஃப்ரீ சானிடரி நாப்கின்கள்—பூரண சுகம், பரிபூரண பாதுகாப்பு—மாறுகின்ற காலத்துக்கேற்ற மகத்தான வசதி.

Johnson & Johnson

OBM/5070/T

லீவு முடிஞ்சாச்சு!



திருமதி சரஸ்வதி ஈஸ்வரன், பி. ஏ., டி. எஸ். எல். சி.

(பதின்மூன்று வருடங்கள் தலைமையாசிரியையாக இருந்து அனுபவமுள்ளவர்).

இந்தக் காலக் குழந்தைகள் இருபத்தைந்து வருடத்திற்கு முன்பிருந்த குழந்தைகளில் இருந்து மாறுபட்டிருக்கிறார்கள். அறிவுத் திறன் மெச்சத் தகுந்த வகையில் இருக்கிறது. பெற்றோர்கள் படித்தவர்களாக இருப்பதாலும் படிப்பின் அவசியத்தை உணர்ந்திருப்பதாலும் குழந்தைகளின் முன்னேற்றத்தில் அதிக அக்கறை எடுத்துக் கொள்கின்றனர்.

அப்படியென்றால் முன்பு பெற்றோர்கள் குழந்தைகளின் படிப்பில் அவ்வளவு அக்கறை செலுத்தவில்லை என்று சொல்லவில்லை. இந்த அளவு அவசியம் இல்லை என்றே கூறுவேன். முன்பிருந்த பாடத்திட்டமே வேறு. பாடங்களின் பாரமும் இவ்வளவு இருந்ததில்லை. பள்ளியில் படிப்பதே போதுமானதாக இருந்தது. ஒருவருக்கு நான்கைந்து குழந்தைகள் இருந்ததால் அந்த அளவு ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் தனிக் கவனம் கொடுக்க முடியவில்லை. ஆனால் இப்பொழுதோ இரண்டு குழந்தைகள்தான் பெரும்பாலும். இதனால் கவனம் முழுவதும் குழந்தைகளின் மேல் செலுத்த முடிகிறது. குழந்தைகளின் அறிவுத் திறனும் வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞான வளர்ச்சிக்கேற்ப அதிகரித்திருப்பதால், பாடங்கள் பாரமாக இருந்தாலும் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை. நம்முடைய குழந்தைகள் மிகச் சிறந்த அறிவுத் திறனுடன் வருங்காலத்தில் விளங்குவார்கள் என்பதில் சந்தேகமில்லை!

திருமதி வசந்தலக்ஷ்மி, எம். ஏ. பி. எட்.

(பிரின்ஸிபால் & கரெஸ்பாண்டெண்ட் ஸ்ரீ சாரதா ஹையர் செகண்டரி ஸ்கூல், கோபாலபுரம்.)

"ஸ்கூல் அட்மிஷன் ரொம்பக் கஷ்டம் என்கிறார்கள். ஆனால் அட்மிஷன் பிரச்னையாக்கப்படுவதே பெற்றோரால்தான் என்று சொல்வேன். ஒரே பள்ளியை மனதில் வைத்துக் கொண்டு மறு நாள் கொடுக்கப்படும் அப்ளிகேஷன் பாரத்திற்காக முதல் நாளே கியூவில் நின்று பலர் சிரமப்படுவதாகக் கூறுகிறார்கள். குறிப்பிட்ட சில பள்ளிகளுக்கு அலை மோதுவதை பெற்றோரும் பாக்கியமாகக் கருதுகிறார்கள். நான் என் பிள்ளையை இந்தப் பள்ளியில் படிக்க வைக்கிறேன் என்று சொல்வதையே கௌரவமாகக் கருதுகிறார்கள். இது ரொம்பத் தப்பு. படிக்கும் குழந்தை எந்தப் பள்ளியானாலும் படிக்கும். படிக்க கஷ்டப்படும் குழந்தையை வழிப்படுத்த ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் ஆசிரியர்கள் இருக்கிறார்கள். குறிப்பிட்ட எண்ணிக்கையில் குழந்தைகளை சேர்த்துக் கொள்ளும் பள்ளிகளில் அதிக அளவில் குழந்தைகள் மேல் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

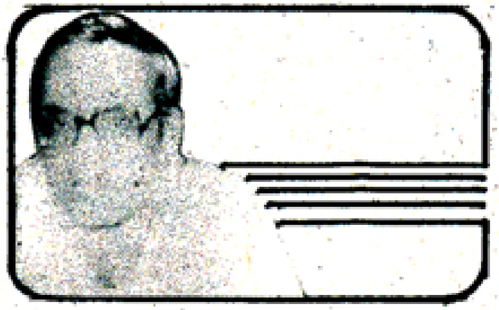
அதே போல, பள்ளியிலே பையனைச் சேர்த்துட்டேன், பணத்துக்கு ரொம்பக் கஷ்டப்படறேன் என்றெல்லாம் அப்புறம் வருத்தப்படுகிறார்கள். அதனால்தான் சொல்கிறேன், பெற்றோர்கள் கௌரவத்திற்காக கஷ்டப்படாதீர்கள் என்று. உங்கள் வருமானத்திற்கு ஏற்ற வகையில் குழந்தைகளைப் படிக்க வையுங்கள்.

படிக்கும் குழந்தைகளுக்கு உறுதுணையாக இருந்து, அவர்களை உற்சாகப்படுத்தி வகுப்பில் முதல் மாணவனாக இருக்கும்படி செய்



யுங்கள். உங்களால் முடிந்த போதெல்லாம் நல்ல புத்தகங்களை வாங்கிக் கொடுத்து அவனுடைய ஆற்றலை வளருங்கள்.

இதையெல்லாம் விட்டுவிட்டு, குழந்தைகளை சக்தி மீறிச் சேர்த்து விட்டுப் பள்ளிகளைக் குறை சொல்வதால் என்ன பிரயோஜனம்?''



திரு ஆர். ஆத்மாராமன், எம்.எஸ்ஸி. எம்.எட்.

(கணித ஆசிரியர், எம். சி. என் ஹையர் செகண்டரி ஸ்கூல்)

''விஞ்ஞான வளர்ச்சிக்கேற்ப தற்கால மாணவர்களின் புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் அதிகமாக இருக்கிறது. பல பெற்றோர்கள் 'மாடர்ன் மாத்ஸ்' என்ற பெயரைக் கேட்ட உடனேயே நடுங்குகிறார்கள்: கணிதம், மாறவில்லை. அதைப் பயிற்றும்முறைகள், எடுத்துக் கூறும் விதமும்தான் மாறுபட்டிருக்கிறது. பழைய கணிதம் படித்த ஆசிரியர்கள் சிறிது பயிற்சிக்குப் பிறகு திறமையுடன் புதிய கணக்கைப் போதிக்க முடிகிறது. புதுக் கணிதத்தில் இருக்கும் அடிப்படைக் கருத்தான "கணம்" என்பது ஆதிமனிதனின் கணிதத்தில் பயன்படுத்திய கருத்துதான்.

எனவே இயற்கையான கருத்தைதான் மறுபடி கையாள்கிறோம். இடையில் நாம் படித்ததுதான் புதுக் கணிதம் என்றே கூறுவேன். பழைய பேஷன் இப்பொழுது திரும்புவதைப் போல பழைய கணித முறைதான் இப்பொழுது புதிய கருத்தாக வந்துள்ளது. என்னைப் பொறுத்தவரை கணிதம் போன்ற விஞ்ஞானப் பாடங்கள் தாய்மொழியில்தான் கற்பிக்கப்பட வேண்டும். ஏனெனில் ஒவ்வொரு மனிதனும் தாய்மொழியில் சிந்தித்த பிறகே செயல்படுகிறான்: இது அடிப்படைத் தத்துவம்.

திருமதி காந்தி ஜகன்னாதன் (இல்லத் தலைவி)

''குழந்தைகளுக்கு லீவு முடிஞ்சு, ஸ்கூல் திறக்கப் போறாங்க. அப்பாடான்னு இருக்கு. இந்த வெயிலில் பசங்களின் உடல்நிலை பாதிக்கப்படுவதோடு லீவாலும் பாதிக்கப்படுகிறது. லீவுதானே என்று சரியான நேரத்தில் சாப்பிடுவதில்லை. நேரம் கழித்துத் தூங்குவதால் நேரம் கழித்து எழுகிறார்கள். பள்ளிக்கூடம் இருந்தால் மறுநாள் வகுப்பிற்கு கட்டாயம் படித்துச் செல்லவேண்டும் என்று ஒழுங்காக படிப்பார்கள். லீவில் எந்த வேலையும் சரியாக நடப்பதில்லை. அவர்கள் நேரத்திற்குச் சாப்பிடாததால் நமக்கும் டென்ஷன்.

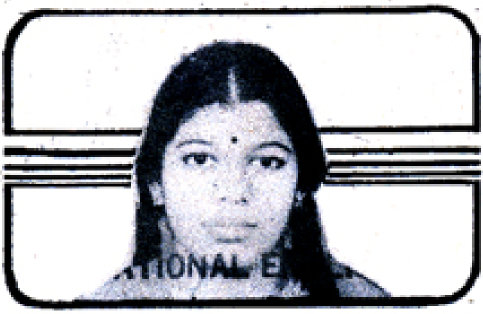
குழந்தைகளுடன் கத்தி கத்தி தொண்டை வரண்டதுதான் மிச்சமாகிறது. ஸ்கூல் இருந்தாலே தேவலை என்று தோன்றுகிறது.

ஸ்கூல் திறந்தப்புறம் மட்டுமென்ன? எத்தனை பிரச்னைகள்? ஜூன் மாதமே எல்லா பெற்றோருக்கும் நெருக்கடியான நேரம். லீவு நாட்களில் வெளியே அழைத்துப் போனதால் ஏகமாகச் செலவிட்டு களைத்துப் போயிருக்கும் போது மீண்டும் ஸ்கூல் பீஸ், புத்தகம், சீருடை, ஷூஸ் என்று ஒரு லிஸ்ட் நமக்கு மலைப்பையே தருகிறது.

வரதட்சிணைக் கூட கொடுத்துக் கல்யாணம் பண்ணிவிடலாம் போல இருக்கு, இவர்கள் கேட்கும் நன்கொடையை நினைத்தால் என்று சமீபத்தில் எங்கள் நண்பர் ஸ்கூல் அட்மிஷனைப் பற்றிச் சொன்னது சரியான வார்த்தைதான்.

அது மட்டுமா? சில பள்ளிகளில் இன்டர்வியூ என்று வைத்து பெற்றோரைக் கேள்விகளால் திணற அடிக்கிறார்கள். பால்குடியைக் கூட மறக்காத பாலகர்களுக்கு பால பருவத்திலிருந்தே பிரச்னைகள். பெற்றோரின் கல்வித் தரத்தை வைத்து பிள்ளைகளுக்கு சீட் கொடுப்பது எப்படி நியாயம்? இது சரியல்ல என்பதே என் தாழ்மையான கருத்து. படித்த பெற்றோர்கள் குழந்தைகளின் படிப்பிற்கு உதவுவார்கள் என்று நம்பியே பள்ளிகளில் இப்படிச் செய்கிறார்கள். ஆனால் படித்த வேலைக்குப் போகும் பெற்றோர், எப்படிக் குழந்தைகளை கவனிக்க முடியும். அதிகம் அறிவுத் திறன் இல்லையென்றாலும் தன் குழந்தைக்கும் கற்பித்து தானும் அவனுடனே படித்து வளரும் தாயைப் பற்றி ஏன் இவர்கள் நினைப்பதில்லை?





ஆர். தனுஜா

(பத்தாம் வகுப்பு மாணவி — நேஷனல் இங்கிலீஷ் ஸ்கூல்).

"இந்த லீவுலதான் நான் எவ்வளவு தெரிஞ்சுக்க முடிஞ்சது? முக்கியமா எங்கம்மாவை. ஆச்சர்யமா வீட்டு வேலைகளில் அம்மாவுக்கு உதவியாக இருந்ததால வீட்டை நிர்வகிக்க அம்மா படும் கஷ்டத்தை நேரடியாக உணர சந்தர்ப்பம் கிடைச்சுது.

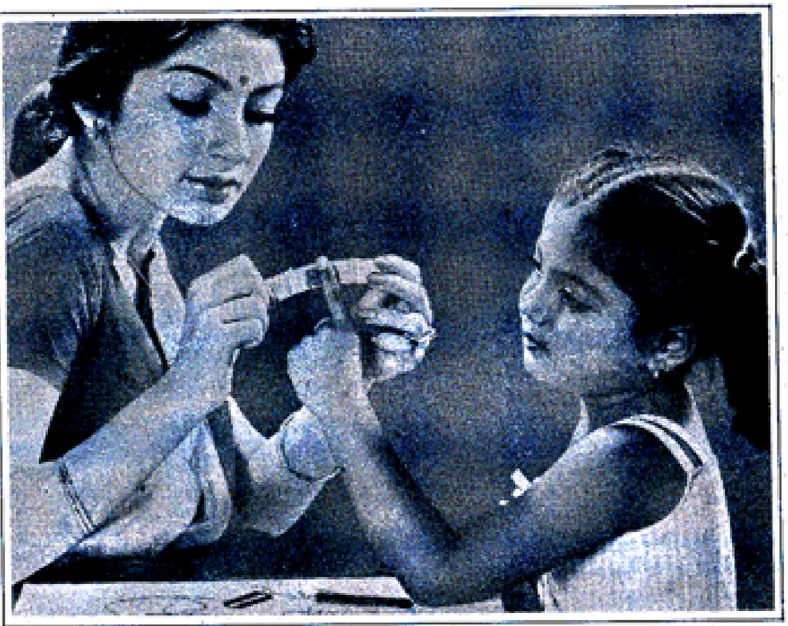
சமையலும் ஓரளவு கற்றுக் கொண்டேன். சமையல் நானே செய்ய முயற்சி செய்ததுல சமைப்பது எவ்வளவு கடினம் என்பது புரிந்துவிட்டது. எனவே விளையாமல் சமைக்கிறேன். முன்புபோல் அம்மா சமைக்கும் பொழுது கமெண்ட் அடிப்பதில்லை. மார்க்கெட் மளிகை கடைகளுக்கு நானே போனதால் விலைவாசியின் ஏற்றம் என்னை மலைக்க வைச்சது. இனிமே கண்டிப்பா வீண் செலவு செய்ய மாட்டேன். அம்மாகிட்டேந்து தையல், கோலம் எல்லாம் கொஞ்சம் கத்துக்கிட்டேன். இதனால் அதிக நேரம் என் தாயுடன் இருந்தேன். இதனால் என் அம்மாவுடன் எனக்கு நெருக்கம் அதிகரித்திருக்கிறது. என்னை ஒரு தோழியைப் போல அவர் நடத்துவதால் பெருமையடைகிறேன். பள்ளி நாட்களில் நண்பர்களுடன் அடிக்கும் அரட்டை இவைகளை மட்டும்தான் மிஸ் பண்ணேன்.

பேட்டி: லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாஸன்

தோசை மிளகாய்ப் பொடி தயார் செய்யும் போது, அதில் ஒரு கரண்டி புழுங்கல் அரிசியையும் நன்றாக வறுத்து சேர்த்து தோசை மிளகாய்ப் பொடி இடித்தால் (அ) மிக்ஸியில் அரைத்தால் வாய்க்கு மிக, மிக ருசியாக உள்ளது.

—சாமா





சின்னஞ்சிறு காயத்தில்கூட அழுக்குப் புகுந்துவிடும்
இதனால் காயம் பெரிதாகும், கஷ்டம் உருவாகும்.

உடனடியாக பாண்ட்-எய்ட் உபயோகியுங்கள்



உலகில் உள்ள தாய்மார்கள் நம்புவது பாண்ட்-எய்ட் டிரஸ்ஸிங்குகள்—அது, காயங்களில் அழுக்குப் புகாமலும், தொற்றிலிருந்தும் காயங்களைப் பாதுகாக்கிறது.

ஆகவேதான் பாண்ட்-எய்ட் முழுப் பாதுகாப்பானதாகும். பாண்ட்-எய்ட் டிரஸ்ஸிங்கில் உள்ள நிரூபணமான ஆண்டிஸெப்டிக், காயத்தை ஆற்றுவதற்கு உதவுகிறது. அதிலுள்ள நுண்துளைகள் காயங்களை விரைந்தாற்றிட உதவுகின்றன. ஒட்டிக்கொள்ளாத வசதிமிக்க ஒப்பற்ற அடுக்கு.

காயங்களின் வெவ்வேறு வடிவம் மற்றும் அளவுகளுக்கு ஏற்ப வருகின்றன பாண்ட்-எய்ட் டிரஸ்ஸிங்குகள். பெரிய புண்கள், சிறிய வெட்டுக் காயங்கள், கட்டுப்போட முடியாத இடங்கள், கொப்புளம் மற்றும் சிராய்ப்புகளுக்கு எப்போதும் உங்கள் கைவசமிருக்கட்டும் பாண்ட்-எய்ட் டிரஸ்ஸிங்குகள்.

கைவசம் வைத்திருங்கள் பாண்ட்-எய்ட்
ஏனென்றால், காயங்கள் எங்கும் எந்நேரமும் ஏற்படலாம்.

Johnson & Johnson

OBM/2514/TM



இதற்கு என்ன செய்வது?

தொகுப்பு: டி.ஆர்.ரமேஷ்

எம். வள்ளி, திருமலைராயன்பட்டினம்.

கேள்வி: துர்நாற்றத்திற்கு என்ன செய்வது? சுத்தமாக பேஸ்ட், பிரஷ் கொண்டு விளக்கினாலும் உள்ளது.

பதில்: இதுபோல் வாய் நாற்றம் எடுப்பதற்கு இரண்டு காரணங்கள் உண்டு. ஒன்று பற்களுக்கு இடையே ஏற்படும் பசையின் காரணமாக. இதற்கு நீங்கள் பல் மருத்துவரிடம் சென்று பல் சுத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இரண்டு, உங்கள் குடல் புண் காரணமாக இருக்கலாம். இதற்கு குளிர்ச்சியான பொருட்களை உட்கொண்டால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். உடலின் பல வியாதியின் காரணமாக பல் நாற்றம் ஏற்படுவதுண்டு.

தனலக்ஷ்மி, திருச்சி—21.

கேள்வி: எனக்கு 15 வருடமாக முகத்தில் மங்கு என்று சொல்லப்படும் கரும்புள்ளிகள் உள்ளன. அவை மறையாமல் முகத்தை அசிங்கப்படுத்திக் கொண்டுள்ளது. இவை மறைய என்ன மருந்து உபயோகப்படுத்தலாம்?

பதில்: கண்ட களிம்புகளை பயன்படுத்தாமல் நல்ல சுத்தமான வடிகட்டிய நீரில் இரவில் படுக்கப் போகும் முன் முகம் கழுவி கஸ்தூரி மஞ்சள் தூளை முகம் பூராவும் பூசி மறு நாள் குளித்தால் இந்த குறை மறையத் துவங்கும்.

ஜி. மல்லிகா, கோவை.

கேள்வி: எனது முகத்தில் மச்சம் ஏற்பட்டு அவை இயற்கை அழகைக் கெடுப்பதால், அவை ஏன் ஏற்படுகிறது என்பதையும், அதைப் போக்கும் முறையையும் வெளியிட்டால் நான் மிகவும் நன்றியுடையவளாக இருப்பேன்.

பதில்: மச்சம் ஏற்படுவது இயற்கையாக ஏற்படுவது. இதை போக்க பிரத்யேக வழி ஏதும் கிடையாது. மிகவும் அவசியம் என்றால் பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி செய்து கொள்ளலாம்.

எஸ். பத்மா, சென்னை—35.

கேள்வி: எனக்கு வயது 12 ஆகிறது. என் தலை முடி நீண்டும் அடர்த்தியாக இருக்கவும் என்ன செய்ய வேண்டும்?

பதில்: தலைமுடி எல்லா பெண்களுக்குமே பிரச்னையானதுதான். ஓரளவு பரம்பரையைப் பொறுத்து தலைமுடியும் அமைகிறது.

நம்மால் செய்ய முடிந்ததெல்லாம் இருக்கும் முடியைச் சுத்தமாக பொடுகு, பேன் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளலாம். சுத்தமான தேங்காயெண்ணெயை உபயோகிக்க வேண்டும். காய்கறிகள், கீரை, எனச் சத்துள்ள உணவினைச் சாப்பிட வேண்டும்.

ரஹிமா, பாண்டிச்சேரி.

கேள்வி: எனக்குத் தலைமுடி மிகவும் நரைத்துள்ளது. நான் டை அடிக்கலாம் என்று டை வாங்கி வைத்துள்ளேன். என் சிநேகிதிகள் எல்லாம் டை அடிக்க வேண்டாம், அதனால் பல கெடுதல்கள் வரலாம் என்கிறார்கள்? நான் டை அடிக்கலாமா?

பதில்: தலைக்கு 'டை' அடிப்பதால் தவறு ஒன்றுமில்லை. ஆனால் அது மலிவு விலைச்

சரக்காக இல்லாமல் தரமானதாக இருக்க வேண்டும்.

சிலருக்கு 'டை' அலர்ஜியைத் தரும். முதலில் சிறிது 'டை' உங்கள் புறங்கையில் விட்டுஊறிப்பாருங்கள். சருமத்தில்ஏதேனும் அலர்ஜி தோன்றுமானல் சாயம் போடும் எண்ணத்தையே விட்டுவிடுவது நல்லது.

அலர்ஜி இல்லையென்றல் சாயம் போடலாம். தரமான சாயங்களை எப்படி உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்னும் குறிப்பும் இருக்கும். அதைப் பின்பற்றுங்கள்.

நாளாக நாளாக ஒருவித பழுப்பு நிறத்தை முடி அடைகிறது. உங்கள் வயதை நீங்கள் குறிப்பிடவில்லை. வயதானவராக இருந்தால் இயற்கையே நல்லது என விட்டுவிடுவது தான் சிறந்தது.

விசாலாஷி, திருவனந்தபுரம்.

கேள்வி: எனக்குமார்பு பகுதியில் காம்பு இல்லாமல் தட்டையாகவே இருக்கிறது. இதனல் என் முதல் குழந்தைக்கே என்னல் பால் கொடுக்க முடியவில்லை. குழந்தைக்கு இப்பொழுது இரண்டு வயசாகிறது. எனக்கு மார்பில் காம்பு பெரியதாக ஆவதற்கு ஏதாவது வாய்ப்பு உள்ளதா? காம்பு இல்லாமல் தட்டையாக இருப்பதால் அபாயம் ஒன்றுமில்லையே?

பதில்: ஒரு பெண் கருவுற்ற சில மாதங்களிலேயே மார்புகள் கனக்க ஆரம்பிக்கும். இந்தச் சமயத்தில் தினமும் மார்பிற்கு மசாஜ் கொடுத்து, காம்புகளை நீவி விடுவதன் மூலம் உங்கள் பிரச்னை தீரும். உங்கள் ஊரிலுள்ள பெண் மருத்துவரை அணுகி ஆலோசனை கேளுங்கள்.

கமலாபாய், சென்னை.

கேள்வி: என் வீட்டில் குக்கரில் பருப்பு மட்டும் வேகவில்லை. மற்ற எல்லாம் நன்றக வெந்து விடுகிறது. கேஸ்கட் மற்றும் ஸ்குரு முதலியன மாற்றியும் பலன் இல்லை.

பதில்: பருப்பு வேக கொஞ்சம் அதிக நேரம் எடுக்கும்தான். ஆனல் நீங்கள் உபயோகிக்கும் பருப்பு தரமானதா என்று முதலில் பரிசோதியுங்கள். நீர் அதிகம் வைக்காமல், மஞ்சள் பொடி, நல்லெண்ணை விட்டு வையுங்கள். கலப்படப் பருப்புக்கள் வேக நேரம் அதிகமாகும்.

ரமா, ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர்.

கேள்வி: இரண்டாவது திருமணத்திற்கு முதல் மனைவியின் ஒப்புதல் என்பது சட்டப்படி செல்லுபடியாகாது. அந்தக் கணவர் குற்றவியல் சட்டப்படி தண்டனைக்குள்ளாவார் என்கிறர்கள். ஆனல் இன்றும் பலர், இரண்டு மூன்று மனைவிகளோடு இருந்து கொண்டு தண்டனைக்குத் தப்பித்துக் கொள்கிறர்களே, இது எப்படி?

பதில்: இருமணம் அல்லது இருதாரம் என்பதுசட்டப்படி குற்றமாகும். முதல்மனைவியின் ஒப்புதல் பெறுவதால் மட்டும் குற்றத்தில் இருந்து தப்பிவிட முடியாது. இருந்தும் பலர் அது போன்று இருப்பதற்குக் காரணம் குற்றவாளிகளை இவர் குற்றவாளி என்று எடுத்துக் கூற வேண்டிய முதல் மனைவி அல்லது உற்றர் உறவினரின் மெத்தனப் போக்குத்தான்.

இவர்கள் இருதார குற்றத்தைப் பற்றி தக்க தகவல்களை அதிகாரிகளிடம் தெரிவிப்பார்களானல் இக்குற்றவாளிகள் தப்ப முடியாது. ஆனல் நம்முடைய இந்தியப் பெண்களோ, அவர்களுடைய உறவினர்களோ யாரும் முன் வருவதில்லையே என்ன செய்ய?

சட்டப்படி சம்பந்தப்பட்ட யாரேனும் புகார் செய்தால்தான் விசாரணை செய்ய முடியும்.

கே. கங்காதேவி, வேலூர்—6.

கேள்வி: செட்டில்மெண்ட், உயில் என்றல் என்ன? அதன் கால அளவு என்ன? பரம்பரை சொத்தாக இருந்தால் எப்படி? தனியே சொந்தமாக சம்பாதித்தால் எப்படி? பெண்களுக்குச் சொத்துரிமை உண்டா? எழுதும் முறைகள் என்ன? ஒருவர் மீது

அவர் பிள்ளைகள் மீதும் செட்டில்மெண்ட் எழுதி விட்டுப் பின் அவரால் அதை மாற்ற முடியுமா? சுயமாக சம்பாதித்தது தான் வாரிசுக்கு நோட்டீக் விடாமல், தெரியாமல் மாற்ற முடியுமா? எல்லாவற்றையும் விவரமாக வெளியிடுங்கள்.

பதில்: அப்பா, ஏகப்பட்ட கேள்விகளை கேட்டுவிட்டீர்கள். கொஞ்சம் மூச்சு விடுங்கள்.

உயில் என்பது ஒருவர் வாழ்கின்ற நாளில் எழுதி வைத்தாலும் அவர் இறந்த பிறகே நடைமுறைக்கு வரும். உயிலை எழுதுவதற்கு எந்தவிதமான விதிமுறைகளோ, பதிவு செய்வதோ கிடையாது. ஒரு சாதாரண காகிதத்தில் கூட எழுதி வைக்கலாம். உயில் என்பது ஒருவர் இறந்த பிறகே நடைமுறைக்கு வருவதால் அதை எத்தனை முறை வேண்டுமானாலும் மாற்றி எழுதலாம். பரம்பரையாக வரும் சொத்தாக இருக்குமானால் அவருடைய வாரிசுகளுக்கு உரிமை உண்டு. எனவே பரம்பரைச் சொத்திற்கு உரிமையில்லாத வகையில் உயில் எழுத முடியாது.

ஒருவர் சுயமாக சம்பாதித்த சொத்தாக இருக்குமானால் அவருடைய விருப்பப்படி உயில் எழுதலாம். மாற்றலாம். கடைசியாக அவர் சுய நினைவுடன் எழுதிய உயிலே அவர் இறந்த பிறகு நடைமுறைக்கு வரும்.

இனி 'செட்டில்மெண்ட்' விஷயத்திற்கு வருவோம்.

'செட்டில்மெண்ட்' ஒருவர் வாழும் போதே அவருடைய சொத்துக்களை மற்றவருக்கு 'செட்டில்' பண்ணிக் கொடுப்பது. இது அவர் 'செட்டில்' செய்த நிமிடத்தில் இருந்தே நடைமுறைக்கு வந்துவிடும்.

'செட்டில்மெண்ட்' என்பது ஸ்டாம்ப் பேப்பரில் எழுதப்பட்டு, பதிவு செய்யப்பட வேண்டும். சொத்துக்களின் மதிப்பிற்கு ஏற்ப 'ஸ்டாம்ப்' தொகை மாறும். மகன், மகள், மனைவி, போன்றோருக்கு செட்டில் செய்யும் போது மூன்று சதவிதமும், மற்றவருக்கு செய்யும் போது பதிமூன்று சதவிதமும் ஸ்டாம்ப் தொகை ஆகும்.

செட்டில்மெண்ட் பதிவு செய்யப்பட்டவுடன் நடைமுறைக்கு வந்து விடுவதால் அதை மாற்றுவது என்பது முடியாது. ஆனால் செட்டில்மெண்ட்டில் சில நிபந்தனைகளைச் சேர்த்திருந்தால் மாற்றலாம். 'என் ஆயுள் உள்ளவரை என்னை இவர்கள் நன்கு வைத்துக் காப்பாற்றுவதாக இருந்தால்....' என்பன போன்று அமைக்கலாம். 'அவர்கள் என்னை நன்கு பார்த்துக் கொள்ளவில்லை. எனவே மாற்றுகிறேன்' என மாற்றலாம். அதுவும் சம்பந்தபட்டவர்களுக்கு அறிவித்தே செய்ய முடியும்.

பெண்களுக்குத் தந்தையின் பாகத்தில் மனைவி, மகன்களுக்கான இணையான உரிமையுண்டு.

பத்து நாளில் ஒரு கோப்பை ரத்தம்!

நீங்கள் வெறுங்காலோடு நடந்து போகும்போது கூரிய பற்களுடன் சாலையின் ஈர மண்ணில் லட்சக்கணக்கான கொக்கிப் புழுக்கள் உங்களைக் கவ்விப் பிடிக்க காத்திருக்கின்றன என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பாதங்களுக்குள் ஊடுருவி உடலில் நுழையும் அவை மெள்ள மெள்ள சிறுகுடலை அடைந்து அங்கே 'செட்டில்' ஆகிவிடுகின்றன. ஒரு நாளைக்கு 4000 முதல் 10000 முட்டைகள் வைக்கும் கொக்கிப்புழு சிறுகுடலினுள் தான் உயிர் வாழ ரத்தத்தை உறிஞ்சுகிறது. அப்போது சிறுகுடலில் சிறு சிறு புள்ளிகளாய் ரத்தக் கசிவு ஏற்படுகிறது.

50 கொக்கிப் புழுக்கள் சேர்ந்து பத்து நாட்களில் ஒரு கோப்பை ரத்தத்தை உட்கொண்டு விடும்! இந்த அளவில் ஒருவர் உடலிலிருந்து ரத்தம் போனால் அவர் வெகு சீக்கிரம் ரத்த சோகை நோய்க்கு ஆளாகிறார்.

அதுவும் கர்ப்பமாயிருக்கும் பெண்ணுக்கு ரத்த சோகை வந்தால் கருப்பையில் உள்ள குழந்தைக்கும் ரத்த சோகை ஏற்படும். இது சில சமயம் குறைப்பிரசவத்திற்கும் காரணமாகிறது. அதனால் மிகுந்த முன்னெச்சரிக்கை தேவை.

மலத்தில் கொக்கிப் புழு காணப்பட்டால் சிகிச்சையை உடனே மேற்கொள்ள வேண்டும்.

மலத்தை ஒழுங்கான விதத்தில் அப்புறப்படுத்த வேண்டும். அப்புறம் வெறுங்காலுடன் ஒருபோதும் நடக்கக் கூடாது. முக்கியமாக குழந்தைகளுக்குச் சரியான 'லெட்ரின்' பழக்கத்தை ஏற்படுத்துவதுடன் மண்ணில் விளையாட அனுமதிக்கக் கூடாது. சிறு வயதிலிருந்தே செருப்பணிந்து நடக்கும் வழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

தகவல்: காந்தகிரீசன்

ஆதாரம்: எஸ்மால் வாய்ஸ்.



சிந்தூரமும் கருச்சிதைவும்

திலே வகிட்டு ஆரம்பத்திலிருந்து உச்சந்தலை வரை சிந்தூரம் தீட்டிக் கொள்ளும் வழக்கம் வங்காளப் பெண்மணிகளிடையே இருக்கிறது. இந்த சிந்தூரம் கலப்படமாக இருந்து விட்டால் அதன் காரணமாக பல கெடுதிகள் விளைகின்றன என்று கண்டு பிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. கல்கத்தாவில் ஒரு பெண், சிவப்பு ஈயம் கலப்படம் செய்யப் பட்ட சிந்தூரத்தை உபயோகித்ததால், இரண்டு முறை கருச்சிதைவு ஏற்பட்டது என்பதும் கண்டறியப்பட்டிருக்கிறது.

அப் பெண்மணியைப் பரிட்சை செய்து பார்த்த போது வேறு எந்தக் காரணமும் புலப்படவில்லை. ஆகையால், அவள் உபயோகித்த சிந்தூரத்தில் கலக்கப்பட்ட சிவப்பு ஈயம் காரணமாகவே, கருச் சிதைவு ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும் என்று டாக்டர்கள் அபிப்ராயம் தெரிவித்திருக்கின்றனர். அப் பெண்ணின் கூந்தலைப் பரிட்சை செய்து பார்த்ததில் கூந்தலில் 502 மில்லி கிராம் எடையுள்ள ஈயம் சேர்ந்திருந்ததாகக் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. ஆகவே, சிந்தூரம் உபயோகிப்பதை உடனே நிறுத்தி விடுமாறு அப் பெண்ணுக்கு ஆலோசனை கூறப் பட்டது. அவருடைய அடுத்த பிரசவம் சிக்கலில்லாமல் நடந்தது. குழந்தை கருவில் உருவாகும் போதே, குழந்தைக்கும் பொருட்களின் நச்சுத் தன்மை பற்றி ஆராயும் இயலான டாக்சிகாலஜிக் (Toxicology) கும் மிக நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கிறது என்பது தெரிகிறது.



மோட்டார் வாகனங்களிலிருந்து வெளியாகும் ஈயம் காற்றில் கலந்து காற்று மண்டலத்தில் ஊடுருவுவதால், மனித உடலில் ஓடும் இரத்தத்தில் சாதாரணமாக இருக்க வேண்டிய அளவை விட அதிகமான ஈயம் கலந்து விடுகிறது. பெரியவர்களை விடக் குழந்தைகளே அதிகமாகப் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். மேலும் ஈயம், கர்ப்பிணிகளின் உடம்பில் கர்ப்பப்பையையும் ஊடுருவிச் சென்று கருவைப் பாதிக்கும் தன்மையுடையது. ஈயம், ஈயம் சம்பந்தப்பட்ட கூட்டுப் பொருள்கள் தயாரிக்கும் தொழிற்சாலையில் பணி புரியும் பெண்களுக்குக் கருச்சிதைவு ஏற்பட அதிகச் சாத்தியக் கூறுகள் உள்ளன என்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகின்றனர். ஈயம் கருவிலிருக்கும் குழந்தையைச் சுற்றிக் கொண்டிருக்கும் நஞ்சுக் கொடியைத் தாண்டிக் கொண்டு கருவை பாதிக்கிறது என்பதை, மிருகங்களை வைத்து நடத்திய ஆராய்ச்சியின் மூலம் 1933ம் ஆண்டிலேயே பௌமான் (Bauman) என்பவர் அறிவித்தார்

சட்டப்புறம்பான கருச்சிதைவு செய்ய டயச்சிலான் பசை (Diachylon Paste) பயன் படுத்தப்படுகிறது. இந்தப் பசையில் சுமார் 26 சதவிதம் ஈய ஆக்சைடு கலந்துள்ளது. ஸ்காட்லாந்தில் 1966ம் ஆண்டில் ஏற்பட்ட சில கருச்சிதைவுகளில், கருக்களை ஆராய்ந்த போது, மிக அதிக அளவில் ஈயம் இருந்ததாக வில்சன் என்பவர் தெரிவித்தார். கருக்களின் எலும்புகளிலும், கல்லீரலிலும் அதிக அளவு ஈயம் இருந்ததாகக் கூறப்படுகிறது. எனவே சிந்தூரம் பயன்படுத்தும் பெண்கள் மேற்கண்ட விஷயங்களை மனதில் கொண்டு செயல் பட வேண்டும்.

நன்றி: சயன்ஸ் டுடே

— ராஜி.



மணி ஒன்பதுக்குப் பக்கத்தில் ஆகிறது. கதாகாலட்சேபம் முடிய இன்னும் குறைஞ்சது ஒரு மணி நேரமாவது ஆகும் போல இருக்கு. பாகவதர் மங்களம் பாடறவரைக்கும் உட்கார்ந்து கேட்க எனக்கு அவகாசமில்லே. சட்டுனு எழுந்து, பரபரன்னு நடந்து, கும்பல், கும்பலா உட்கார்ந்திருக்கிற அத்தனை பேரையும் தாண்டி வெளியே வந்துடறேன்.

மருமகள் சுபாவுக்கு அவ்வளவு சமர்த்துப் போதாது. தட்டின் கீழ் உட்கார்ந்த குழந்தைகளுக்கு அளவாய் வயிறநிஞ்ச சாதம் போட மாட்டாள். ரசம் சாதம்னு பேர்தான். ரசம் ஒரு பக்கம் ஓடும். சாதம் கட்டி, கட்டியாய் விறைச்சிண்டு நிற்கும். பிசைந்து சாப்பிடத் தெரியாமல் குழந்தைகள் நாலு பருக்கையை வாயில் செலுத்தி விட்டு மிச்சத்தைத் தூரக்கொட்டும். புளியும், தக்காளியும் விற்கிற விலையில் ரசத்துக்கு ரசமும் வேஸ்ட், கூடவே சாதமும் வேஸ்ட்தான்.

எனக்குக் கோபமாய் வருகிறது. ஆனால் சுபாவைச் சொல்லியும் குற்றமில்லே. வேலைக்குப் போய் விட்டு ஆய்ந்து ஓய்ந்து வருகிறவள் என்னை மாதிரி சாதத்தைக் கிண்ணத்தில் போட்டுச் சூடு ஆறுவதற்குள் நெய்யும், தெளிவாய் ரசமும் விட்டுக் குழிக் கரண்டியில் குழையக் குழையப் பிசைந்து குழந்தைகளுக்குப் போடு என்றால் முடியுமா? ஏதோ ஊரிலிருந்து இந்தக் கிழவி வந்தேனா, குடும்ப வண்டி ஓடுகிறதோ?

நான் வருவதற்கு முன்னாலே சாம்பாரும், ரசமீதியும், பழைய சாதமும் — அடுக்கடுக்காய்க் கொண்டு போயிருந்திருக்கிறாள் பொன்னம்மா. நான் வந்தது முதல் அவளுக்குக் கோபம்தான். இருக்கட்டுமே; அதற்காக வாரி இறைத்துச் சாமான்களைப் போட்டு மிச்சமும் செய்து வேலைக்காரிக்குத் தள்ள முடியுமோ? அளவாய், சுவையாய் செய்து சிக்கனமாய்க் குடும்பம் நடத்தறது தானே, முறை? பொன்னம்மா சமீபகாலமாய்த் தன் கோபத்தைப் பாத்திரங்களிடம் காட்டுகிறாள். நேத்திக்குத்தான் கவனிச்சேன், மைசூர் போணியில மூணு இடத்தில ஒடுக்கு விழுந்திருக்கு. பொன்னம்மாவை நிறுத்தினால் என்ன? பாத்திரமும் பிழைக்கும், மாசாமாசம் அவ வாங்கிக்கிற நாப்பது ரூபா பணமும் மிஞ்சும். இதுபத்தி நாளைக்கு சுபாகிட்ட பேசணும்.



''பாட்டி! பாட்டி!''

நான் வாசல் கதவைத் தள்ளித் திறந்து உள்ளே நுழைகிற சத்தம் கேட்டதுமே பேரக் குழந்தைகள் ஓடி வருகிறார்கள்.

''போ, பாட்டி! எங்க போன நீ? பசிக்கிறது எங்களுக்கு...'' ஆறு வயது நந்து உரிமையாய்க் கோபிக்கிறான்.

திவ்யா வாயில் விரலைப் போட்டுண்டு சிரிக்கிறாள். கழுதை! விரல் போதும் அதுக்கு! சாப்பாடு வேண்டாம்.

''வா, பாட்டி! மம்மு போடு...'' என்று கடைக் குட்டி கார்த்திக் புடவையைப் பிடித்து இழுக்கிறது.

''சரி... சரி... வாங்கோ... சாப்பாடு போடறேன்!'' குழந்தைகள் என்னை இழுக்க நானும் அவர்களைப் பற்றி இழுத்தபடி சமையலறைக்குப் போகிறேன்.

கார்த்திக் அடம் பிடிக்காமல் சாப்பிட்டு விடுகிறான். திவ்யாவுக்கும், நந்துவுக்கும், நல்ல பசி போலிருக்கிறது.

''பாட்டி! குழம்பு ரொம்ப ஜோர்! செகண்ட் டைம் சாப்பிடப் போறேன்!'' நந்து வரிந்து கட்டிக் கொண்டு குழம்பு சாதத்தைப் பிசைந்து உள்ளே தள்ள ஆரம்பித்தான். திவ்யா கூட விரலை விட்டுவிட்டுச் சாப்பாட்டில் மும்முரம் காட்டினாள்.

சாப்பிடட்டும், குழந்தைகள்! பாவம்! அப்பாவும், அம்மாவும் சம்பாத்தியம் சம்பாத்தியம் என்று ஓடிப் போய்ட்டா குழந்தைகளைக் கவனிக்கறது யாரு? இன்னிக்கு வேணா இவர்களோட பொருளாதார வசதிகளுக்கு சம்பாத்தியம் உதவியாய் இருக்கலாம். ஆனா, நாளைக்கு குழந்தைகளோட எதிர்காலம்? பாசத்துக்கு ஒண்ணும் பணம் செலவு பண்ண வேண்டியதில்லை. ஏதோ என்னால முடிஞ்சது இந்தக் குழந்தைகள் கிட்டப் பாசமாய்ப் பழகி, வீட்டுக்கும் நிறைய செலவு வைக்காம எதையும் 'வேஸ்ட்' பண்ணாம இருக்க முடியறது.

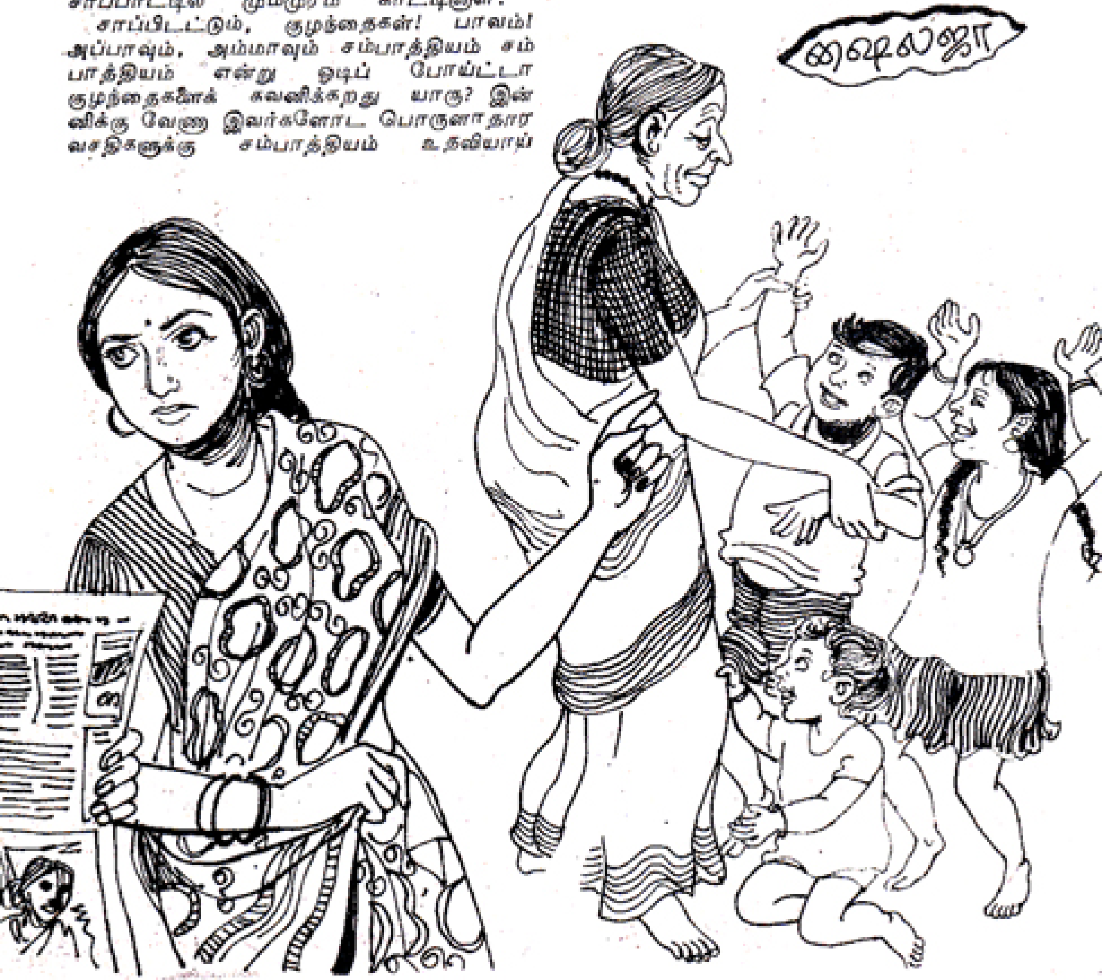
''எனக்கும், சுபாக்கும் சாதம் போட்டுடறியா அம்மா?'' என்றபடி திவாகர் கையில் குண்டாக ஒரு புஸ்தகத்தோடு வந்தான். அவனுக்குச் சாப்பிடுகிற போது புஸ்தகம் படித்தேயாகணும்.

இரண்டு பேருக்கும் மனை போட்டு, தட்டும் டம்ளரில் தண்ணீரும் வைக்கிறேன்.

சாப்பிட்டானதும் சுபா கேட்டாள். ''அத்தை! நான் வேணா உங்களுக்குப் பரிமாறட்டுமா?''

''வேண்டாம்மா... நீ போய்ப் படுத்துக்கோ...''

நானும் ஒரு பெண் ஜென்மம்தான். இன்னொரு பொண்ணோட கஷ்ட நஷ்டங்கள் தெரியாதா, என்ன? இடுப்பொடிய ஆபீஸிலும் வேலை பண்ணிட்டு வீட்டிலும் வேலை செய்ய யாரால் ஆகும்?



சுபா தலை ஆட்டியபடி நகர்ந்ததும் நான் தனியாகச் சாப்பிட உட்கார்ந்தேன். சாதம் ஒரு கைதான் இருக்கு. அதிகம் பண்ணினால் வேஸ்ட் ஆயிடப் போறதேன்னு பயந்து, பயந்து வடிச்சதில் கடைசியில் ரொம்பத் துளியாய்ப் போயிடுத்து. பரவாயில்லே... கிண்ணத்துல போட்டுக் கரண்டி குழம்பு விட்டுக் குழம்பு பலத்துல... அட குழம்பே இல்லையே! சுபா மோர் சாதத்துக்குத் தொட்டுக்க விட்டுண்டு ரசித்துச் சாப்பிட்டான், பாவம்! போறது. உப்பும் மோரும் விட்டு நீர்க்கக் குடிச்சால் ஆச்சு! ராத்திரி வேளைதானே! எப்படியோ ஒண்ணும் வேஸ்ட் ஆகாமல் சரியாய்ப் போனவரை சந்தோஷம் தான். என்னைப் பொறுத்தவரையும் வேஸ்டாய் ஏதுவுமே தங்கிடக் கூடாது. அவ்வளவுதான்.

ராத்திரி ரொம்ப நேரம் படுக்கையிலேயே புரள்கிறேன். ஏதேதோ ஞாபகம். எப்பவோ செத்துப் போய் விட்ட பர்த்தாவோட ஞாபகம் வந்து வந்து போனது. வயிறு சுருண்டு போய், தண்ணியாவது ஊத்து'ன்னு கெஞ்சினது.

எழுந்து உள் அறைக்குப் போகிற போது சுபா — திவாகர் படுக்கை அறையிலிருந்து பேச்சரவம் கேட்கிறது.

சுபா என்னவோ சொல்லி இருப்பாய் போலிருக்கு. பதிலுக்கு திவாகர் சற்று உரக்கவே பதில் சொல்கிறான்.

''சும்மா இரு, சுபா! கிராமத்திலே ஒருத்தியாய் இருக்கிறான்னு நாமதானே இங்கே வரவழைச்சோம்? வந்த ஆறுமாசத்துலே எங்கம்மாவைத் திரும்ப ஊருக்கு அனுப்பச் சொல்றியே, இது உனக்கே நல்லா இருக்கா, யோசிச்சுப் பாரு...?''

''அதுசரி... ஒரு ஆள்னாலும் ஒரு ஆள் இல்லையா? விலைவாசி இருக்கிற விலையில் இந்த வீட்டுக்கு உங்கம்மா ஒரு அதிகப்படி செலவுதான். இதைத்தான் 'வேஸ்ட்'டுன்னு சொல்றேன்...'' என்கிறான் சுபா.

மீதியாகிப் போகிற சாதமும், சாம்பாரும் மட்டும் 'வேஸ்ட்'டுன்னு இத்தனை நாளாய் நினைச்சிண்டிருந்தேன்.

வயசாகிப் போன நானும் தான்'வேஸ்ட்!'

என் கண்களில் இப்போது கண்ணீர் கரகரக்கிறது.

சாத்துக்குடி ஜீப்ளி

...ஸ்ட் செய்ய

15–20 பிஸ்கட்டுகள்

1 மேசைக்கரண்டி பொடித்த சர்க்கரை.

3 மேசைக்கரண்டி உருகிய வெண்ணெய்.

கஸ்டர்ட்

2 கோப்பை பால்.

2 தேக்கரண்டி கஸ்டர்ட் பவுடர்

2 தேக்கரண்டி சர்க்கரை.

5 தேக்கரண்டி சில துளிகள்

வெனிலா எசன்ஸ்

6. சாத்துக்குடி பழங்களின் சுளைகள்.

4–5 கோப்பை வெனில்லா ஐஸ்கிரீம்.

பிஸ்கட்டுகள்.

சாத்துக்குடி சாஸ்

1 கோப்பை கெட்டி சாத்துக்குடிச் சாறு.

2 தேக்கரண்டி சோள மாவு

8 தேக்கரண்டி சர்க்கரை.

மஞ்சள் கலர் சில துளிகள்.

அலங்கரிக்க:

1 கோப்பை சாத்துக்குடி சுளைகள்.

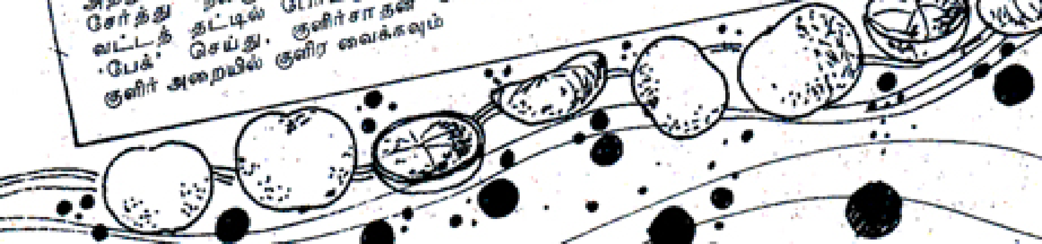
பிஸ்கட்டைக் கரகரப்பாகப் பொடியாக்கி அத்துடன் உருகிய வெண்ணெய், சர்க்கரை சேர்த்து நன்றாகக் கலக்கவும். ஒரு 8'' வட்டத் தட்டில் போட்டு நன்றாக அழுக்கி 'பேக்' செய்து, குளிர்சாதன பெட்டியின் குளிர் அறையில் குளிர வைக்கவும்.

கஸ்டர்ட் பவுடரை அரை கோப்பைப் பாலில் குழைத்துக் கலக்கவும். பாக்கிப் பாலை சர்க்கரையுடன் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்துக் கொதி வந்ததும், கஸ்டர்ட் கலவையை விட்டுக் கட்டி இல்லாமல் கிளறி இறக்கவும். ஆறியவுடன் எசன்ஸ் சேர்க்கவும். சாத்துக்குடிச் சுளைகளை சிறிய துண்டுகளாக்கி ஆறிய கஸ்டர்ட்டில் சேர்த்துக் குளிர வைக்கவும்.

சோளமாவுடன், 1 கோப்பை தண்ணீர், சர்க்கரை சேர்த்து நிதான தீயில் கொதிக்க வைக்கவும். கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். மாவு வெந்து கெட்டியானதும் கலர் சேர்த்து இறக்கி, சாத்துக்குடி சாறு குளிர வைக்கவும்.

பரிமாறும் முன்பு — அழகான ஒரு கண்ணாடிப் பாத்திரத்தில் தயாரித்த பிஸ்கட் கேக்கை வைத்து, அதன்மேல் சாத்துக்குடி கஸ்டர்ட் கலவையை ஊற்றவும். அடுக்காக அதன்மேல் ஒரு வரிசை பிஸ்கட் மேல் வெனில்லா ஐஸ்க்ரீம் பரத்தவும். அதன் கடைசியாக குளிர வைத்திருக்கும் சாத்துக்குடி சாஸ் எடுத்து அழகான டிசைனில் ஊற்றி, சாத்துக்குடி சுளைகளையும் அலங்கரித்துக் குளிர்சாதனப் பெட்டியில் குளிர வைத்துச் சாப்பிடவும்.

—திருமதி சுந்தரம்.



இப்போது
கிடைக்கிறது

ஃப்ரெஷ்

தேங்காய் எண்ணெய்

100% தூய்மையானது,

"மைக்ரோ-ஃபில்டர்" செய்யப்பட்டது

" அக்மார்க்"
—இந்த முத்திரையைத்
தாங்கி வருவது
ஃப்ரெஷ் மட்டுமே.



கண்ணுக்குத் தெரியாத நுண்ணிய அழுக்கு மற்றும் கசண்டுப் பொருட்களும்கூட "மைக்ரோ-ஃபில்டர்" வழியே வடிகட்டப்பட்டு, தூயதாய் வருகிறது ஃப்ரெஷ். ஆகவே அது மேலும் நீடித்த காலத்திற்கு "அன்றெடுத்த எண்ணெய்" ஆக "ஃப்ரெஷ்" ஆக நிலைத்திருக்கிறது.

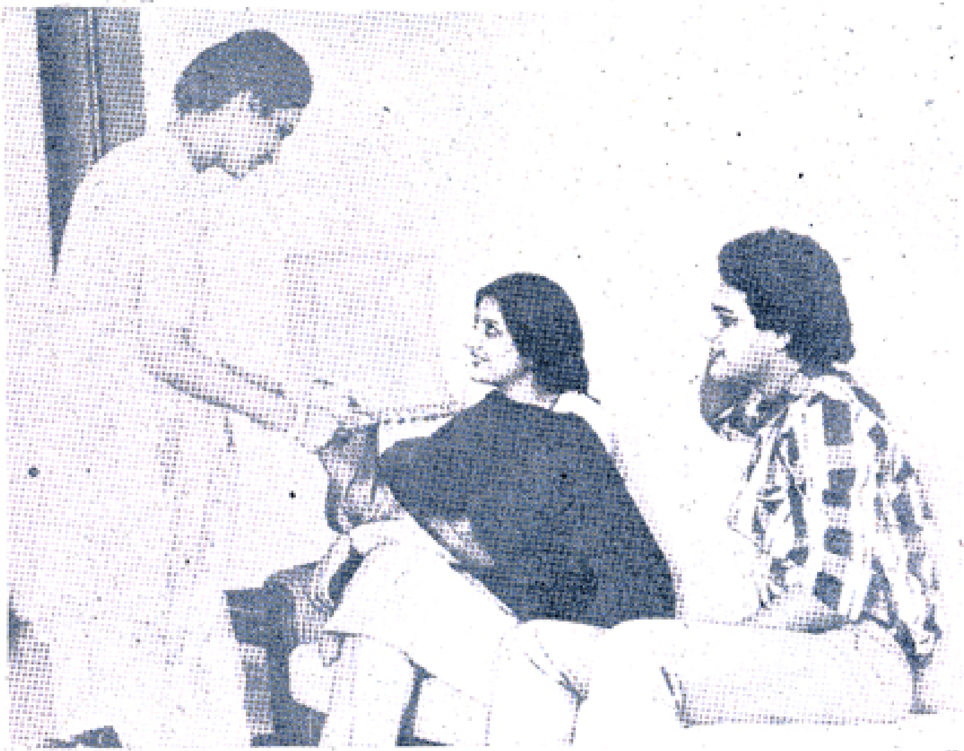


ஆர்.டி. ஆயில் ப்ராடக்ட்ஸ் பிரைவெட் லிட்.,
தலைமை அலுவலகம் : ஆலப்புழை, கேரளா
தொழிற்சாலை : கோயமுத்தூர்-641 008

இந்தியாவின் கொப்பரை வர்த்தகத்தில் மிகப்பெரிய நிறுவனத்திடமிருந்து வருகிறது ஃப்ரெஷ்.

GK&E.M85.31 Tm.

தேநீரும் விருந்தோம்பலும் ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க்கும்



உங்கள் இல்லத்திற்கு வருகை தரும் நண்பருக்கு முதலில் வழங்குவது எது? நல்வரவு என்று சொல்லும் புன்னகையும் நல்லதொரு கோப்பை தேநீரும் தானே! அது வழி வழியாய் வரும் உங்களுடைய கலாசாரத்தின் பிரதிபலிப்பு.

இம்மாதிரி சமயங்களில் பால்பாட்டில் காலியான பரிதவிக்கும் நிலையில் நீங்கள் இருந்தால்? உடன் புதிய பால் கிட்டாத நிலையாகுலோ?

ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க் பவுடர் உங்கள் பாரம்பரிய விருந்தோம்பலை நீங்கள் பேண உதவுகிறது. சிக்கனமாக, விரைவாக, எளிதாக. இனிப்புகளுக்கும் புட்டிங்கு களுக்கும் இது ஈடு இணையற்றது.

புதிய மணங்கவரும் பேக்கில்



ஸாகர்

ஸ்கிம் மில்க் பவுடர்

கொழுப்பு இல்லாத பாலின் உன்னதமான குணங்கள் உண்டே இதில்.

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங் ஃபெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத்.

ASP/SMP/5/84R

நெருக்'கடி'யில் நாய்க் 'கடி'!



அந்தளை வெளிச்சத்தையும் அண்ணா சாலையும் பீச் ரோடுமே வாரிக் கொண்டு விட்டனவோ என்று ஐயுறும்படியான கும்மிருட்டு நிலவுகிறது, நகரத்தைச் சுற்றியுள்ள 'நகர்'களிலும் 'புர'ங்களிலும், 'பாக்கங்'களிலும். நடுத்தரக் குடும்பத்தினர் மிதமான வாடகையை உத்தேசித்து அதிகமாக வசிக்கும் இப்பேட்டைகளிலிருந்து, தொழிற்சாலைகளுக்கும், ஆபீஸ்களுக்கும் செல்ல மின் ரயிலிலும், பஸ்ஸிலும் குறைந்தது 1½, 2 மணிநேரம் பிடிக்கும்.



வேலை முடிந்தபின் இரவு எட்டு மணிக்கு உடலும், மனமும் அவனுக்குக் களைத்துப் போய் வீடு திரும்புகிறான். வீடு செல்வது தான் ஒரே குறிக்கோளாக உள்ள அவனுக்கு இருட்டில் ஓரமாக முடங்கிக் கிடக்கும் நாயைக் கவனிக்கப் பிரமேயம் இல்லை. அதன் வாலை மிதித்து விடுகிறான். 'வள்'ளென்று கடிக்கிறது — இல்லை பிடுங்குகிறது — அது.

கிழிந்து தொங்கும் ஸ்கர்ட்டுடன் ஸ்கூலிலிருந்து அழுது கொண்டே திரும்புகிறாள் குழந்தை. காரணம், ஸ்கூலிலிருந்து திரும்பும் போது சில தெரு நாய்கள் சண்டையிட்டுக் கொண்டிருந்தன. பயந்து போய் குழந்தை குறுக்கே பாயவே ஒரு நாய் அவளைப் பிறாண்டியதில் நகமும் பதிந்து போய் ஸ்கர்ட்டும் கிழிந்துவிட்டது.

பையன் காலில் ரத்தம் வழிய ஓடிவருகிறான். ரேஷன் கடையிலிருந்து திரும்பும் போது ஒரு நாய் அவனைத் துரத்தியிருக்கிறது. பயந்து போய் அவன் ஓடவே, மேலும் துரத்தி அவனுடைய காலைக் கவ்வி இருக்கிறது.

அவள் ஒரு சீமாட்டி. நாயும் வளர்ப்பு நாய் தான். கொஞ்சும் போது எப்போதாவது நகத்தால் கீறிவிடும். பிஸ்கட் ஊட்டும் போது அவள் விரல் லேசாகக் கடிபடுவதும் உண்டு.

இந்த கேஸ்கள் எல்லாம் தினப்படி நடப்பவைதானே என்று தோன்றலாம். ஆனால் சம்பந்தப்பட்ட நாய்கள் வெறிநாய்களாக இருந்து விட்டாலோ — இல்லை என்று யாரும் காரண்டி சொல்ல முடியாது. பத்து நாட்கள் சென்றால் ஒழிய — எவ்வளவு பெரிய ஆபத்து என்கிறீர்கள்? 'ராபீஸ்' என்பது மிகமிகக் கொடிய ஒரு நோய். அதனால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் உடனே வைத்தியம் ஆரம்பிக்காமல் ஏனோதானோ என்று இருந்துவிட்டால், நூற்றுக்கு நூறு மரணம்தான் சம்பவிக்கும்.

நகர வாழ்வின் நெருக்கடியில் ஒரு பக்கம் எல்லோருக்கும் அவசரம். வீட்டுக்குள் ஆகட்டும், நடைபாதை, தெருவாகட்டும், இடத்துக்குப் பஞ்சம். ஜனத்தொகை பெருக்க, இடம் சிறுக்க, தெரு நாய்களும், மனிதர்களும் ஒருவர் அவசரத்தில் மற்றவர் குறுக்கிடுவதால், நாய்க்கடி கேஸ்கள் கூடிக் கொண்டே செல்கின்றன. இதில் விசேஷம் என்னவென்றால் கடிபடும் பெண்களின் எண்ணிக்கை கணிசமாக உயர்ந்திருப்பதுதான். நகர ஜனத்தொகையில் பாதி பெண்கள். முன்னைவிட அதிகமாக இந்த தலைமுறையில் பெண்கள் வெளியில் செல்கின்றனர். ஆபத்துக் காலத்

தில் தப்பியோட 'சாரி' ஒரு தடங்கலான உடை. இந்தியாவில் உள்ள தெரு நாய்களின் ஜனத்தொகை எவ்வளவு என்கிறீர்கள்? ஒரு கோடி! அதாவது சராசரி எழுபது பேருக்கு ஒரு தெரு நாய்! வளர்ப்பு நாய்கள் இந்தக் கணக்கில் இல்லை. இந்நிலையில் ஆண்கள், பெண்கள், சிறுவர், சிறுமியர் எல்லாருக்கும் ஆண்டுதோறும் முப்பது லட்சம் நாய்க்கடிகள் காத்திருப்பதில் வியப்பென்ன? அதிர்ஷ்டவசமாக 'ராபீஸ்' நோயினால் இறப்பவர்கள் சுமார் இரண்டாயிரம் பேர் மட்டுமே!

செல்வந்தர்களுக்கு ராபீஸ் வர முக்கியமான காரணம், அவர்கள் வீட்டுப் பூனை வெளியில் சென்று ஒரு வெறி நாயிடம் கடிபட்டு வியாதியைக் கொண்டு வந்து இருக்கலாம். அதைவிட சகஜம், வளர்ப்பு நாய் எஜமானருடன் 'வாக்' செய்யும் போது, எதிர்ப்படும் எல்லாத் தெரு நாய்களையும் சண்டைக்கு இழுத்து, பிறாண்டி, குதறுவது— இதை எஜமானர்களில் சிலர் ரசிப்பதும் உண்டு — நாயும் எஜமானர் கூட இருக்கிறார் என்ற தைரியத்தில் இதில் அதிகமாக ஈடுபடுவது உண்டு. திரும்பி வரும் போது என்ன பயங்கரமான வியாதியை அது வீட்டுக்குள் கொண்டு வருகிறது என்பதை அவர் எப்படி அறிவார்?

சொல்லப்போனால் எந்த நாயுமே அனாதை இல்லை. எல்லா நாய்களுக்குமே யாரோ ஒரு கவளம் போடத்தான் செய்கிறார்கள். ஒரு முறை ஒரு பிடி போட்டவருக்கு, ஆயிரம் பட்டினிதான் இருந்தாலும், வாழ்நாள் பூரா வாலாட்டுகின்றன நாய்கள். தங்கள் பேட்டை (லோகாலிடி)யைத் தாங்களே வரையறுத்துக் கொண்டு, இரவில் திருடர்களோ, அந்நியர்களோ வந்தால் காவல் புரிந்து, குரைத்துத் தங்கள் நன்றிக் கடனைத் தீர்க்கின்றன. நாய்களுக்குத் தங்கள் பேட்டையில் உள்ள அத்தனை பேரையும் — குழந்தைகள் முதல் முதியோர்கள் வரை — வீட்டு விலாசத்துடன் அடையாளம் தெரியும். இதனாலேயே வாசலில் 'விழுந்து' கிடக்கும் நாய்களுக்கு ரெகுலராக உணவு அளிப்பவர்களும், முனிசிபாலிடி, கார்ப்பரேஷன் வண்டிகள் நாய் பிடிக்க வரும் போது புகலிடம் அளிப்பவர்களும் உண்டு. ஆபத்தெல்லாம் அவைகளுக்கு வெறி பிடிக்கும் போதுதான். வெறி நாய்கள் தன் சுய புத்தியை இழந்து விடுகின்றன. கடிபடுபவர் நரகவேதனை அனுபவிக்கிறார்.

'ராபீஸி'ன் பயங்கரமான அம்சம் 'ஹைட்ரோஃபோபியா' என்பதாகும். (ஹைட்ரோ — நீர், ஃபோபியா — அச்சம்). இவ்வியாதி கண்டவருக்கு நீரைக் கண்டால் ஒரு பிரமை. வலியும், வலிப்பும், படும் இம்சையும் எல்லா வியாதிகளைக் காட்டிலும் கொடூரம். தான் இறந்து விடுவோம் என்று உள்ளூர பயம் இதை இன்னும் பயங்கரமாக்குகிறது. எந்த நாயாக இருந்தாலும் கடித்த உடனே டாக்டரிடம் அழைத்துச் செல்லவும். (முதலுதவி பற்றி பின்னால் விளக்கியிருக்கிறேன்.) வெறி நாய்க்கடிக்கு 14 ஊசிகள் அடிவயிற்றில் எடுத்துக் கொள்வது தவிர வேறு வைத்தியமில்லை.



கடித்த பத்து நாட்களுக்குள் இறந்துவிட்டால், அது (அறிகுறிகளைப் பொறுத்து) அநேகமாக வெறி நாயாகத்தான் இருக்க வேண்டும். மிகவும் தசைப்பற்றுள்ள பாகத்தில் ஊசி போட வேண்டியிருப்பதால், வயிற்றின் அடிப்பாகத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கிறார்கள். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு மூளைக்கருகில்

கடியிருக்கிறதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு வியாதி சட்டென்று மூளையைப் பற்றுகிறது. சிலருக்கு வியாதி கொஞ்ச நாட்கள் கழிந்த பின்னரே வெளியில் தெரிவதுண்டு. ஊசி மருந்து சிலருக்குக் குணம் அளிக்காததின் காரணம், அதைத் தேவையான குளிர் நிலையில் (பூஜ்யம் டிகிரிக்குக் கீழ்) ஆஸ்பத்திரியில் வைத்துக் காப்பாற்றியிருந்தால் கூட, தொழிற்சாலையிலிருந்து அது வெளியே வந்ததும் அது மற்ற பண்டங்களைப் போல, வெளிச் சூட்டில் இடம் மாற்றுவதால் அதன் குணம் அழிந்து போவதுதான்'' என்ற பல விஷயங்களைக் கூறுகிருர் டாக்டர் நண்பர் ஒருவர்.

''இந்தக் குளிர் நிலை கண்டிப்பாக இரண்டு டிகிரியிலிருந்து ஐந்து டிகிரி வரைதான் இருக்க வேண்டும். பனி உறைநிலையில் கூட அதன் குணம் அழிந்து போகும்'' என்று கூறுகிருர் 'இந்து' வாசகர் ஒருவர் ஆசிரியருக்குக் கடிதம் பகுதியில். எவ்வளவுதான் சிக்கல்கள்!

இவ்வளவு சிக்கல்களுக்கும் ஆளாகாமல் நாம் தப்பித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ருல், சற்று வெறி நாய்கள் பற்றிய அறிவும் முன் ஜாக்கிரதையும், அவசியம் தேவை.

முதலில் நாய்களுக்கு (அதுவும் கேர்டையில்) வாயிலிருந்து வரும் எச்சிலிலிருந்து எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். அடுத்தது பல்லும், நகமும் ஆபத்தானவை.

கறுகறுப்பாக இருக்கும் நாய் இரை எடுக்காவிட்டால், மூலையில் போய் ஒளிய ஆரம்பித்தால், குரைக்காமலேயே கடிக்க முற்பட்டால், மிக அதிகம் எச்சில் ஒழுகிறுல், தின்னக் கூடாத பண்டங்களை (கட்டை, கோணி போன்றவை.) தின்ன முற்பட்டால், அவைகள் நோயின் அறிகுறிகள் என்று கொள்ளலாம். இந்த மாதிரி நாய்களிடமிருந்து விலகியிருக்கவும்.

இரவு வீடு திரும்புபவர்கள், ஆபீஸுக்குப் போகும் போதே பென் 'டார்ச்' ஒன்று பாக்கெட்டில், அல்லது சிறிய டார்ச் ஒன்று ஹாண்ட் பேக்கில் கொண்டு செல்லவும்.

நாய்க் கடித்துவிட்டால், கடிவாயை முதலுதவியாக 'டிக்' ஆக சோப் நீரில் கழுவவும். இது நாயின் எச்சிலையும், கிருமிகளையும் நீக்கும். பிறகு டிங்ச்சர் அயோடின் (கிடைக்காவிட்டால் கார்பாலிக் அமிலம் — அதாவது ஃபினைல்) போட்டுத் துடைத்துவிட்டால் கூட எவ்வளவோ குணம் கிடைக்கும். பிறகு டாக்டரிடம் கூட்டிச் செல்லவும்.

தெருநாய்களின் 'ஜனத்தொகை'க் குறைப்பில் முக்கியப் பங்கு வகிப்பது முனிசிபாலிடிகளும், கார்ப்பரேஷன்களுமே. இதற்குப் பொது மக்களின் ஆதரவும், ஒத்துழைப்பும் அதிகம் இல்லாததற்குக் காரணம், அகிம்சையையே ஆதாரமாகக் கொண்ட நம் நாட்டில், பிடித்துக் கொண்டு போகப்படும் நாய்கள் கொல்லப்படும் கொடூரமே. வெறி நாய்கள் தவிர மற்ற நாய்களை 'மிலிட்டரி' முறையில் கொல்லாமல், 'சிவில்' முறையில் (அதாவது சைவ முறையில்) அவைகளைப் பூண்டற்றுப் போகச் செய்ய வைக்கலாம். இதற்கு முக்கியமாகச் செய்ய வேண்டியது பிடித்துக் கொண்டு போகும் அத்தனை ஆண் நாய்களுக்கும், அல்லது அத்தனை பெண் நாய்களுக்கும் கருத்தடை ஆபரேஷன் செய்து விடுவது. (சில ஆண் நாய்களுக்கும் சில பெண் நாய்களுக்கும் செய்வதால் பிரயோசனமில்லை.)

அகிம்சை முறையில் நாய்க்கடியிலிருந்து நாட்டைக் காக்க இது ஒன்றுதான் வழி என்ருல், செய்வதில் தவறு என்ன?

—எஸ். டி. ராகவன்.

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்:
10 நிமிடத்தில் செய்யும் டிபன்

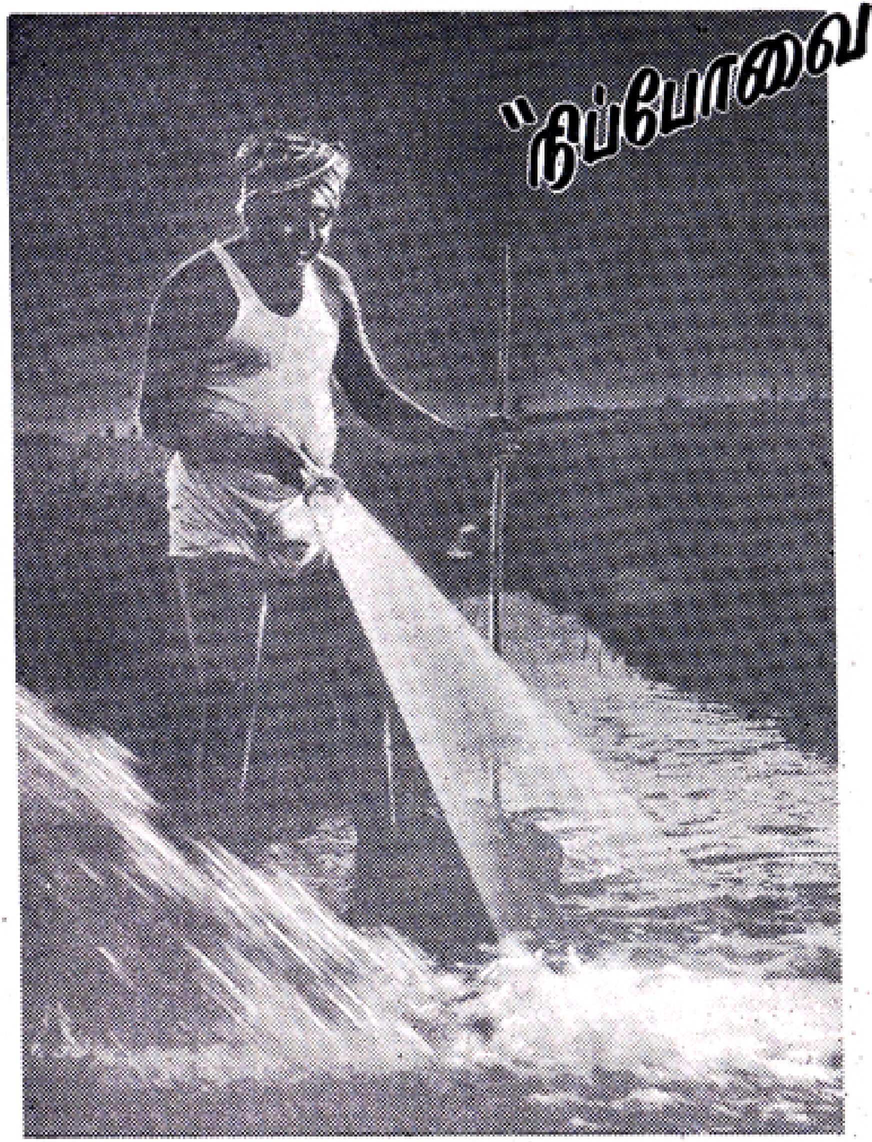
கடைசி தேதி:
15·6·85

சமையல் கூப்பன்

.......................என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பி-யுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்.

அமோக விளைச்சலுக்கு, விவசாய நண்பர் வெள்ளைச்சாமி நம்பும் ''செய் நேர்த்தி''களில் ஒன்று... நிப்போ!



நம்பினோர் கைவிடப் படார்"

திரு. வெள்ளைச்சாமி, அவரது கிராமத்திலேயே முற்போக்கு விவசாயி. "வேளாண்மைப் பண்டிதர்" என்று பெயர் பெற்றவர். நிறைய நில புலன்கள். தமது வயல்களைக் கண்ணின் மணிபோலக் காப்பதில் மிகுந்த அக்கரை கொண்டவர்.

"இருகரங்களைப் போல சக்தி தருகிறது என் நிப்போ ஸ்பெஷல். டிரான்சிஸ்டரில் போட்டு, எனக்கு அவசியமான பண்ணைச் செய்திகள் கேட்கிறேன். இரவு நேரத்—தில் வயல் வெளிக்கு வேலைக்கும், காவலுக்கும் உற்ற துணையாக என் டார்ச்சில் உபயோகிக்கிறேன்."

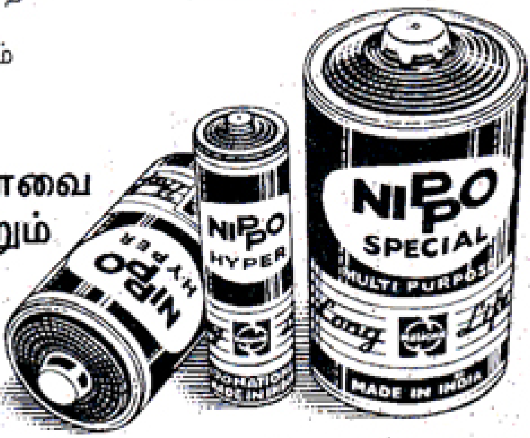
சீரான, நம்பிக்கையான சக்தி. பளிச்சென வெளிச்சம், துல்லியமான ஒலி — எப்போதும்.

நிச்சயமில்லாத உழவுத் தொழிலில் நிச்சயமாக நான் நம்புவது — நிப்போ.

National NIPPO

Batteries

"ஆம்! நிப்போவை நம்பினோர் என்றும் கைவிடப்படார்".



நிப்போ பாட்டரிகள்: நேஷனல்-ஜப்பானின் தொழில் நுட்பத்தில் தயாரானவை

INL/7C/84/TAM

எல்லைகளின் விளிம்பில்

20

வாஸந்தி

பாலு அதிகம் பேசாமல் ஏதோ யோசனையில் ஆழ்ந்து உட்கார்ந்திருந்தது அம்மாவுக்குச் சற்று கவலையளித்ததை மாலு கவனித்தாள். காய்கறி நறுக்கும் வேகத் திடையே அம்மாவின் பார்வை அடிக்கடி பாலுவின் மேல் யோசனையுடன் பதிந்தது.

"உடம்பு சரியில்லையா?" என்ற கேள்விக்கு அவனிடமிருந்து பதில் வராததால், மாலு உள்ளே நுழையும் போது,

"ஏண்டி, இவன் என்னவோ போலஇருக்கான்?" என்று,கிசுகிசுத்தாள்.

"சாதாரணமாகத்தான் இருக்கிறமாதிரி இருக்கு எனக்கு", என்றாள் மாலு பட்டுக் கொள்ளாமல்.

"பெண்டாட்டியோடு ஏதாவது மனஸ்தாபமோ?"

இத்தனை துல்லிய உணர்வுகளைக் கொண்ட அம்மா தன்னுடைய சிறிய வட்டத்திலிருந்து வெளியே வந்து பெரிய விஷயங்களைப் பற்றி சிந்திப்பாளானால் எத்தனை நன்றாக இருக்கும் என்கிற ஆயாசத்துடன்,

"எனக்குத் தெரியாதும்மா!" என்றபடிக் கல்லூரிக்குக் கிளம்ப மாலு தயாரானாள்.

மேலெழுந்தவாரியாகவே வாழ்ந்துப் பழகி விட்ட அப்பாவுக்குக் குழந்தைகளிடமுள்ள உறவும் மேலெழுந்தவாரி என்று தோன்றிற்று. அவர் பாலுவைப் பார்த்ததும் பிரத்யேகமான கவனம் ஏதும் காண்பிக்காமல் வீட்டிலிருக்கிறவனிடம் தினமும் பார்த்துப் பேசுவது போல் அரசியல் விஷயங்கள் சிலவற்றைப் பற்றி அவன் ஒத்துக் கொள்வானா மாட்டானா என்று கவலைப் படாமல் தன் போக்கில் சொல்லி சலூனுக்கு கிளம்பிப் போனார்.

"சாப்பிட்டுட்டுப் போகச் சொல்லுடி மாலு அவனை" என்றாள் அம்மா மெல்ல. "அவனுக்கு பிடிச்ச மோர் குழம்பும் என்ன



ணைய் சுத்திரிக்காயும் பண்ணிண்டிருக் கேன்''.

அவனுடைய அறையில் இன்னும் ஏதோ பிரமையில் உட்கார்ந்திருந்த பாலுவின் தோள் மேல் மாலு கையை வைத்து மிருது வாகச் சொன்னான்.

''டேக் இட் ஈஸி பாலு!''

அவன் வழக்கம் போல் புன்னைகைக்க வில்லை. முகம் இறுகிப் போயிருந்தது.

''எப்படி?'' என்றான் நிதானமாக.

''முடியற அளவுக்கு! ஸாரி பாலு மூணும் மனுஷியா அட்வைஸ் பண்றது சுலபம்னு நீ நினைப்பே. ஆனா இந்த மாதிரி சமயத்திலே உன்னை ஒரு விஷயம் நேரடியா தாக்கற சம யத்திலே. கூடக் கொஞ்சம் நிதர்சனமா அப் ஜெக்டிவா பார்த்தேன்னா, மனசு கொஞ்சம் தெளிவடையும்.''

அவன் தீவிரமாக மண்டையை அசைத் தான்.

''என்னாலே அது சாத்தியமில்லே மாலு.சாதாரணமனுஷன்.அப்ஜெக்டிவ்வா என்னைதான் நான் பார்த்துக்கணும். நெருப் பிலே கையை வெச்சேன். சுட்டுண்டாச்சு''

அவன் திடீரென்று நினைவு வந்தவனாய் அவனைக் கேட்டான்.

''உனக்குச் சித்ராவைப் பத்தின விஷய மெல்லாம் முன்னாடியே தெரியுமா?''

அவனுக்கு சங்கடமாக இருந்தது.

''அவளைப் பத்திப் பொதுவாத் தெரியும்''

அவன் முகம் பளபளத்தது. நெற்றி வியர்த்துப் பார்வை தீர்க்கமாகியிருந்தது.

''பிரமோத் குப்தாவோடு அவள் சுத்தின



தும் ஸிம்லாவுக்குப் போய் அவனோடு தனியாத் தங்கினதும் தெரியுமா?''

அவன் தயங்கிக் கொண்டு பதில் சொன்னான்.

''கொஞ்ச நாள் முன்னாடித் தெரிய வந்தது''.

''பின்னே ஏன் சொல்லல்லே?''

அவன் மென்மையாகச் சிரித்தான்.

''ஏன்னா, நான் முட்டாளில்லே. இதைச் சொல்லவேண்டிய அவசியமென்ன பாலு? சின்ன வயசிலே எத்தனையோ அசட்டுத்தனங்கள் செய்வோம்; கொலைக் குற்றத்தையே மனிதாபிமானத்தோடப் பார்க்க வேண்டியிருக்கும்போது இந்த மாதிரியான முடிஞ்சுப் போன விஷயங்களைப் போஸ்ட் மார்ட்டம் செய்யறதோ அதுக்காக உணர்ச்சி வசப்பட்டுப் போறதோ விவேகமில்லே. நிதானமா யோசிச்சுப் பாரு பாலு. நீயும் நானும் எப்பவுமே கர்வப்பட்டுப்போம். நமக்கு குறுகிய பார்வை கிடையாதுன்னு. நீ முற்போக்குச் சிந்தனையாளனாயிருந்தா இந்த விஷயம் உன் தாம்பத்தியத்தை பாதிக்கக் கூடாது. இதை அதிர்ச்சியா எடுத்துண்டு அதைத் தாங்கிக்க முடியாம நினைவு போகிற வரைக் குடிச்சா, மை காட், பாலு! நீ இவ்வளவு பலவீனமானவன்னு நான் நினைக்கல்லே!''

சாதத்திலோ, வேறு சாப்பிடும் பதார்த்தம் எதன் மீதோ எறும்புகள் வந்துவிட்டால், ஒரு ஸ்பூனில் சிறிது சீனியைப் போட்டு அதன் மீது வைக்கவும். சிறிது நேரத்திற்குள்ளாக எல்லா எறும்புகளும் ஸ்பூனின் மீது ஏறிக் கொண்டுவிடும். ஸ்பூனை எறும்புகளோடு மெல்ல எடுத்து விடலாம்.

—ரோஹிணி.

''இந்தக் கல்யாணமே ஒரு மிஸ்டேக் மாலு!''

அவளுக்கு எரிச்சல் ஏற்பட்டாலும் பொறுமையாகச் சொன்னாள்.

''அதை ஒரு வெற்றியாக்கப் பாரு பாலு! முறிச்சுக்கறது பெரிய காரியமில்லே. ஜோடிக்கிறதுதான் பெரிய காரியம். ஸாரி, நான் கிட்டத்தட்ட ஒரு பாட்டி மாதிரி பேசறேன்''.

பாலு வெகு நேரம் பதில் சொல்லாமல் தலையைக் குனிந்த யோசனையில் இருந்தான்.

மாலு மிருதுவாகத் தொடர்ந்தாள்.

''ஆல் ரைட். அட்ஜெஸ்ட் பண்ணிக்கறதுலதான் உன்னை நீயே பார்த்துக்கணும். நீ சித்ராவை ரொம்ப விரும்பிக் கல்யாணம் பண்ணிண்டே. நம்ம வளர்ப்புக்கும் அவ வளர்ப்புக்கும் ஒத்து வராதுன்னு நா சொன்ன போது அதை சின்னதுமான அட்வைஸ்னு கூட ஒத்துக்கமுடியாத அளவிக்குநீவிரமாயிருந்தே. நா சொல்லிக் காட்டல்லே; நீ இதையெல்லாம் அனுபவிச்சாகணும் என்கிற ஆங்காரத்தோடச் சொல்லல்லே. வாழ்க்கை முறை இரண்டு மட்டத்திலேயும் வித்தியாசப்படும்போது மாரல் ஸ்டாண்டர்டும் வித்தியாசப்படும். ரொம்பப் பணக்கார வட்டத்திலே ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் பண பலத்தாலேயே அத்து மீறல்களுக்கு லைசென்ஸ் உண்டு. அதெல்லாம் அவர்களுக்குத் தப்பில்லே.

உன்னுடைய அதிர்ச்சிக்குக் காரணம் உன்னுடைய வளர்ப்பு. அம்மாவும் அப்பாவும் சில தர்மங்களுக்கு பயப்படறா. நாம் வேற தர்மங்களுக்குப் பயப்படறோம். கோபப்பட வேண்டிய விஷயத்துக்கு நாம கோபப்படத்தான் வேணும். ஆனா சித்ராவுடைய இந்த விஷயத்தை இத்தோடு விட்டுடு. கல்யாணத்துக்கு முந்தி நடந்தது இது. அவளுடைய புருஷன் என்கிற ஈகோவினாலே உன்னாலேத் தாங்கிக்க முடியல்லே...''

அவன் சற்று நேரம் மௌனமாக இருந்துவிட்டு லேசான தடுமாற்றத்துடன் சொன்னான்.

''நீ சொல்றது சரியாயிருக்கலாம். ஆனா நா கலங்கிப் போயிருக்கறதுக்குக் காரணம் இந்த ஒரு விஷயம் மட்டுமில்லே. அதோடு சம்பந்தப்பட்ட பல கேள்விகளும் பதில்களும் தான் என்னைக் குழப்பறது. எது நிஜம் எது பொய்னு தெரியல்லே. பிரமோத் விஷயம் முடிஞ்ச கருக்கிலேயே நான் அந்த நாகநாதனுக்கு அகப்பட்டதும், அவர்களுடைய வலைக்குள்ள விழுந்ததும் — வடிகட்டின முட்டாளா இப்ப நிற்கறேனே மாலு! எனக்குக் கிடைச்ச வேலை கூடக் கடைசியிலே என் திறமையினாலே இல்லே. நாகநாதனுடைய சிபாரிசுனாலே! சித்ராவுக்குன்னு தனிப்பட்ட ஆழமான உணர்வுகளோ கொள்கைகளோ இல்லாதது வேடிக்கையான விஷயம்! அப்பா சொன்னதுக்காகப் பிரமோதை விட்டாள். அதுக்காக வருத்தப்பட்டதாத் தெரியல்லே. அப்பா சொன்னார் என்கிறதுக்காக என்னைக் கல்யாணம் பண்ணிண்டிருக்கா. இதலேயும் எந்தப் பிடிமானமும் இல்லே....!

''தாமரை இலைத் தண்ணி மாதிரியா?'' என்று மாலு சிரித்தாள்.

''அப்ப அவளை எந்த அபவாதமும் ஒட்டாது! ஃபாதர் ஃபிக்ஸேஷன் அவளுக்கு! நீ அதை மாற்றப் பாரு...!''

''சுலபமாச் சொல்லிட்டே!''

''சரி, உன் ப்ரோக்ராம் என்னன்னு சொல்லு! அம்மாவுக்கு ஒரு முக்கியமான விஷயம் தெரியணுமாம். உனக்காகப் பண்ணின உனக்குப் பிடிச்ச மோர் குழம்பையும் எண்ணெய்க் கத்திரிக்காயையும் சாப்பிட்டுட்டுப் போகப் போறியா இல்லையா?''

பாலு தன்னையறியாமல் சிரித்தான்.

''ஆகட்டும் சாப்பிடறேன். இதோட ருசி


ஸ்கூல் முடித்தவுடன் நேர புட்பால்
விளையாட மைதானத்திற்கு போவேன். நல்லா
கை கால் ஓய்ந்து போகும் வரை விளையாடுவேன்.
எனக்கென்ன கவலை? வீடு திரும்பியவுடன்தான்
தினம் அம்மா மறக்காமல் ஹார்லிக்ஸ்
தருவாங்களே? ஹா, சத்துள்ள ஹார்லிக்ஸிற்குத்-
தான் என்ன ‘ஸூபர்’ ருசி!
மால்டெட் பார்லி, முழு ஆடைப் பால் மற்றும் பொன்நிற கோதுமைக்கொண்ட ஹார்லிக்ஸ் ஒரு சுவையான, சத்தான பானம். ஊட்டச்சத்திற்கு மூலாதாரமான ஒரு லட்சிய பானமென்ற நம்பிக்கையைப்பெற்றது. எனவே, கடந்த நூறு வருடங்களாக கோடிக்கணக்கான குடும்பங்கள் உலகமெங்கும் ஹார்லிக்ஸின்மேல் நம்பிக்கை வைத்து வருகிறார்கள் என்பதில் ஆச்சரியமில்லை.
Horlicks
The Great Nourisher
புதிய காலத்திற்கேற்ற புதிய தோற்றம்
சிறந்த ஊட்டச்சத்துமிக்க பானம்

யெல்லாம் எனக்கு மறந்து கூடப் போயிடுத்து''.

''பின்னே என்னுடனேயே சாப்பிட வா. கிளம்பறச்சே ஜே. என். யூ. விலே ட்ராப் பண்றியா? சொந்தப் பெட்ரோலானு கொண்டு விடு. கம்பெனி பெட்ரோலானு வேண்டாம்!''

பாலு வாய் விட்டுச் சிரித்தான். ''சொந்தத்துக்கும் ஓசிக்கும் வித்தியாசம் தெரியாத உலகத்திலே நான் இருக்கேன் மாலு!''

''உலகத்தை விடு 'யார்'! உன் மனசு உனக்குச் சொந்தம்! உன் கால்கள் உனக்குச் சொந்தம்! அம்மா! மோர் குழம்பு ஏ. ஒன்!''

''அவன் சொல்லுட்டுமேடி!''

''ஆகா சொல்லட்டுமே! அவன் ஓசிக் காம்ப்ளிமெண்ட் கொடுப்பான்! நான் நிஜமானதாக் கொடுப்பேன்!''

''இல்லேம்மா, சத்தியமா மோர்க் குழம்பும் எண்ணேக்காயும் எக்ஸலண்ட்!''

''அடிக்கடி வாயேண்டா பாலு இப்படி!'' என்றாள் அம்மா நெகிழ்ந்து.

''சித்ரா குளிச்சிண்டிருக்காளா?''

''என்னது?''

''ஃபர்கெட் இட் 'யார்'!'' என்றாள் மாலு அவசரமாக. ''சில கேள்விகளுக்கு பதில் சொல்லவேண்டிய அவசியமில்லே. அம்மா எனக்கு டிபன் வெச்சாச்சா?''

மாலுவின் மறைமுக முறைப்பைப் பார்த்து அம்மா அடங்கி,

''வெச்சாச்சு!'' என்றாள்.

''ரைட்டோ, நாங்க அப்பக் கிளம்பறம்மா'' என்றமாலு சமாதானமாக அம்மாவின் கன்னத்தைச் செல்லமாகத் தட்டினாள்.

''உன் குழந்தைகளைப் பத்தி ரொம்பக் கவலைப் படாதே!'' என்றாள்.

''நா எங்கே கவலைப்படறேன்?'' என்றாள் அம்மா லேசான நிஷ்டூரத்துடன். ''எல்லா பாரத்தையும் அந்த முருகன் மேலப் போட்டாச்சு!''

''நல்ல காரியம் பண்ணே!'' என்று மாலு புன்னகைத்தாள்.

''முருகன் பின்னே வேறு எதுக்கு இருக்கார்: உன் பாரத்தை சுமக்கத்தானே? ஆனா உனக்கு பதிலா அவர் யோசனையும் பண்ணுவார்னு மாத்திரம் எதிர்பார்க்காதே!''

மாலு சிரித்துக் கொண்டே பாலுவைத் தொடர்ந்து வண்டியில் அமர்ந்தாள்.

''சாயந்தரம் அம்மா சர்ச்சைக்கு அகப்படவே மாட்டாள்! யோசிக்கவே பயப்படறா தெரியுமோ? 'சமூகம் என்ன சொல்லும்?' இதைத் தவிர வேற யோசனையில்லே.

மேலோட்டமாப் பார்த்தேன்னா அம்மா ஒரு நல்ல மனுஷி. தெய்வ நம்பிக்கை உள்ளவள். புருஷனுக்கு அடங்கினவள். குழந்தைகள் பசியைப் பார்த்து ருசியா சமைப்பவள். எ ஹார்ம்லெஸ் ஸிட்டிஜன். ஆனா அது போறுமா? சமூகத்திலே உன் பங்கு என்ன? பொறுப்பு என்ன? சமூகம் முன்னேற நீ என்ன செய்யப் போறே? அதையும் முருகனேயே பார்த்துக்கச் சொல்லப் போறியா?''

''ஊஹூம்! முருகன் தன் ஏஜெண்டை அனுப்புவார், மாலு எங்கிற ரூபத்திலே!''

மாலு பக்கென்று சிரித்தாள்.

''ஏய், இப்பத்தான் பழைய களை வரது உன் முகத்திலே! அம்மா மாதிரி நீயும் யார் மேலேயாவது பாரத்தைப் போடப் பார்க்காதே. சராசரி இந்தியக் கணவனு நீ மாறி சுலபமான வழியைத் தேடிண்டு போயிடுவியோன்னுதான் எனக்குப் பயம். ஒரு 'மேல் ஷாவினிஸ்ட்' செய்யற காரியம் அது. நீ அப்படி செஞ்சா எனக்கு ஏமாற்றமா இருக்கும்''.

முனை திரும்பியதும் ஜே. என். யூ. வின் நீளக் காம்பவுண்ட் படர்ந்தது.

''உனக்காகக் காத்துண்டிருக்கான் உன் ஃப்ரண்ட்''.

''ஓ திலீப் பானர்ஜி!'' என்று மலர்ச்சியுடன் மாலு சிரித்தாள். ''இவனை அம்மாவுக்கு அறிமுகப்படுத்த வீட்டுக்கு அழைச்சிண்டுப் போனேன். ''இவன் என்ன ஜாதி?'' ன்னாள் அம்மா.''

''அதுக்குத்தான் அம்மா யோசிக்கவே பயப்படறா!'' என்று பாலு புன்னகைத்தான்.

மறுபடியும் மாலு சிரித்தாள். காரிலிருந்து இறங்கிக் கொண்டு, ''ஓ. கே. 'யார்', அடிக்கடி வா, ஆனா நேத்து மாதிரி வந்து நிக்காதே. சியர் அப்!'' என்று வலது கட்டைவிரலை நிமிர்த்தி பளிச்சென்று சிரித்து, திலீப் பானர்ஜியை நோக்கி அதே மலர்ச்சியுடன் அவள் முன்னேறுகையில்,

பிரமோத் குப்தா நேற்று இங்கு கொண்டு விட்டது எவ்வளவு நல்ல காரியம் என்று பாலு நினைத்துக் கொண்டான். சிந்தனைக் கோணத்தையே மாலு திசைத் திருப்பி விட்டாள்.

நேற்று என் வீட்டிற்குச் சென்றிருந்தால் என்ன செய்திருப்பேன்? எல்லைகளின் விளிம்பிற்குச் சென்று விட்ட நிலையில் நான் என்னதான் செய்திருக்க மாட்டேன்?

(தொடரும்)

எலுமிச்சம்பழ ரசத்திற்குப் பருப்பு ஜலத்துடன் பச்சை மிளகாய் அரிந்து போட்டு, கொதிக்க வைத்து, இறக்கும்போது, 1 டீஸ்பூன் பருப்புப் பொடி போட்டுக் கலந்தால், வீடே மணக்கும்.

—ஆனந்தி பாலகிருஷ்ணன்.



கூந்தலுக்கு
எழிலோ எழில்
மென்மை
சுகமோ சுகம்...
வழங்குவது
ஹேலோ
ஷாம்பூ
Halo
Halo
Halo
ஹேலோ வழங்குது
கூந்தல் எழில்—
கூந்தல் பெற்றிடும்
மென்மை சுகம்.
அதன் மணமோ
அபூர்வப் புதுமையே,
ஹேலோ உணர்வே
உன்னதமே.
வியப்பூட்டும் புதிய ஹேலோ வரிசை
ஹேலோ எக் ஷாம்பூ—
புதத வட்டத்திற்கானது.
புதிய ஹேலோ க்ரீன் ஆப்பிள் ஷாம்பூ—
வியப்பூட்டும் புத்துணர்வு மணம் அளிக்கிறது.
புதிய ஹேலோ ஹெர்பல் ஷாம்பூ—
மூலிகைகளின் இயற்கை நலன்கள் உள்ளது.
ஹேலோ உணர்வே உன்னதமே!
.883.29.TM

குதூகலத்தை சின்னச் சின்ன உருவங்களாய் சமைத்து உலவவிட்டிருந்தது. தோட்டம் முழுதும் குழந்தைகள் ஆரவாரித்து ஆட்டங்காட்டிக் கொண்டிருந்தன. அவர்களின் தளர்நடைக்கும் தவழலுக்கும் தாக்குப் பிடிக்க முடியாத தாய்மார்கள் பெருமை அலுப்பு அலுத்துக் கொண்டிருந்தனர்.

"காலையிலே கண்ணைத் தொறந்ததிலேந்து என்ன வெஷமம் பண்ணலாம்னு ஒரே யோசனைதான். கைக்கு அம்படாம ஓட்டந்தான்..."

"பிடி பிடி பிடி பிடி.... ஏய்...."

"இதுங்கபின்னாடி ஓட நம்மாலமுடியாதுடியம்மா..."

ரசித்துக் கொண்டே காபியருந்துகிறாள் காதம்பரி. அந்த மாதர் சங்கத்தில் அன்றைய குழந்தைகள் தினத்துக்காக அவளை அழைத்திருந்தனர். இரண்டு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு போட்டி. புஷ்டி, ஆரோக்கியம், புத்திசாலித்தனம் இவற்றைக் கவனித்து அவள்தான் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

இரண்டாவது பிரிவில் முதல் பரிசு வாங்கிய குழந்தையின் தாய் அருகில் வந்து கை குவிக்கிறாள். களுக்கென்று சிரிக்கிறது குழந்தை. அதன் கன்னத்தில் காதம்பரி செல்லமாய் தட்ட, அதுவும் குஞ்சுக் கைகளை இணைத்து நமஸ்தே காட்டுகிறது. பெருமையில் பொங்குகிறாள் தாய். வெள்ளிக் கோப்பை வேறு கையிலேயே மின்னுகிறது.

"ரொம்ப கட்டிங்க இவன்..."

"மாதவன்தானே பேரு...?"

"ம். ஞாபகம் வெச்சிருக்கீங்களே..."

ஒட்டிய கன்னமும் தெற்றிய முன் பற்களும்... இவளுக்கு எப்படி இந்த மாதிரியொரு அமுல் பேபிக் குழந்தை...

"அப்படியே அப்பாவை உரிச்சு வெச்சிருக்கான்னு எல்லாருமே சொல்லறாங்க... எப்படி நமஸ்தே செய்யறான் பாத்தீங்களா. அவங்கப்பாவேதான். அவரும் இப்படிதான், பெரியவங்க சின்னவங்க வித்தியாசம் கிடையாது. யாரைப் பார்த்தாலும் கைகுவிச்சு தான் முகமன் சொல்லறது. அப்படியே காப்பியடிக்கிறான் பையன்..."

"நல்ல வழக்கந்தானே! பாக்கியிலேயும் அவரையே கொள்ளட்டும். உங்களுக்கும் பெருமைதானே..."

அம்மாகாரிக்கு முகம் சிவந்து விடுகிறது.

"ஏண்டா ராஜாப் பயலே, அம்மாவுக்கு வெக்கத்தைப் பாத்தியாடா..." வென்று குழந்தையைக் கையில்வாங்கிகொஞ்சியனுப்புகிறாள்.

அதைப் பார்த்து சிரிக்கிறாள் தலைவி.

"சரியான ஆளைதான் நாங்க அழைச்சிருக்கோம். குழந்தைங்கன்னா உங்களுக்கு ரொம்ப பிடிக்கும் போலிருக்கே..."

"ரொம்ப... உலகத்திலே எல்லா குழந்தைங்களுமே அழகு. நீங்க கவனிச்சிருக்கீங்களோ, எத்தனை குழந்தைங்க இருக்கட்டும். அத்தனை பேர் மழலையும் தனி, செயலும் சேஷ்டையும் கூட தனி. ஒரு குழந்தையாட்டம் விஷமம் இன்னொரு குழந்தைக்கு கிடையாது. ஒண்ணோட பேச்சு இன்னொண்ணுக்கு கிடையாது..."

"நெஜந்தான், நீங்க சொன்னப்பறந்தான் தெரியறது..."

"அதை போல ஒரு விஷயத்திலே எல்லா குழந்தைங்களும் ஒத்துமை. ஒண்ணை நினைச்சு ஒண்ணை செய்யத் தெரியாது அவங்களுக்கு ஸ்படிகமாட்டம் அவங்க மனசு. பசிச்சுதுன்னா, அழத்தான் தெரியும். சூழ்நிலை நாசூக்கு இதெல்லாம் பார்த்து அடக்கிக்கத் தெரியாது. கோவம்னா உதைப்பாங்க. எல்லாம் வெளிப்படை. வயசாக ஆக பெரியவங்களைப் பார்த்துதான் சாமர்த்தியமெல்லாம் கத்துக்கறாங்க. அவங்களா கத்துக்கலேன்னாலும் நாம விடறதில்லே சொல்லிக் கொடுத்துடறோம்..."

"ரொம்ப வாஸ்தவங்க. இந்த சந்தர்ப்பத்திலே உங்களை பேசவே சொல்லியிருக்கணுங்க. ஆமாம், உங்களுக்கு எத்தினி குழந்தைங்க..."

"ம்ஹூம்... வந்து...."

"ஓஹோ, பிளானிங்கா' அஞ்சாண்டு திட்டமா... பத்தாண்டா..."

"அவங்களே டாக்டராச்சே, சொல்லித் தரணுமா..."

"லேட்டாயிடுத்துப் போலிருக்கே..." என்று தானும் சிரித்துக் கொண்டே எழுந்

5



திருக்கிறுன் காதம்பரி. "உங்க கூடல்லாம் பேசிண்டுசிரிச்சுண்டு இப்படியேஉக்காந்துட்டேன்ளு, நேரம் போறதே தெரியாது. ஏகப்பட்ட வேலே அப்படியே போட்டு கிடக்கு. ஊர் விட்டு ஊர் போறதுன்ளு சும்மாவா. எல்லாத்தையும் பாக் பண்ணியாகணும். அப்புறம்..."

"ஓ, அப்போ எல்லாம் நிச்சயமாயிடுத்தா...."

"ம், முதல் தேதி ஜாயின் பண்ணலாம்னு இருக்கேன்".

"விஷ் யூ பெஸ்ட் ஆப் லக். இத்தனே கெடு பிடியிலும் நீங்க மத்தியானம் பூரா இங்கே வந்து..."

"என்ன வோட் ஆஃப் தாங்க்ஸா... இப்படி உபசாரமா சொல்றதெல்லாம் எனக்குப் பிடிக்காதுங்க. இத்தனே குழந்தைங்க மத்தியிலே இருந்ததே எவ்வளவு சந்தோஷமா இருக்கு தெரியுமா, வரேங்க..."வென்று விடைபெற்று கிளம்புகிருள்.

நல்லவேளே சமாளித்துக் கொள்ள முடிந்தது. சொந்த விஷயங்களேப் பற்றி பேச்சு வளர்வதை நினேத்தாலே அவளுக்கு பயம். தொட்டுத் தொட்டு ஒவ்வொரு சமாசாரமாய் தொடரும். குழந்தை அப்புறம் கணவன் அவ்வளவுதான்! வெறும் வாய்க்கு கிடைத்த கதைதான்.

அந்த அம்மாகாரி அப்படியே. பொங்கி பூரித்துப் போளுளே, கணவனேக் கொண்டு தன் மகன் பிறந்திருப்பதாய் சொல்லி, அப்படிச் சொல்லிக் கொள்ளும்படியான கணவளுகவா நித்யா வாய்த்திருந்தான்.

எவ்வளவு தவருக அவனே எடை போட்டு விட்டிருந்தார்கள் தாத்தாவும் பேத்தியும் முதலில். பார்த்தவுடனே அவனுடைய தோற்றம் தாத்தாவின் கண்களேக்கட்டிவிட்டது. வேறெதுவும் தெரியவில்லே. அபார அழகான தன் சமர்த்துப் பேத்திக்கு ஈடாக ஒருவன் வாய்க்க வேண்டுமேயென்று ஏகப்பட்ட கவலேயோடிருந்தவருக்கு, நித்யா வந்து எதிரில் நின்றதும் ஏதோ பிரும்மா ஸ்பெஷலாக அவளுக்காகவே சிருஷ்டித்து அனுப்பியது போல் பட்டு விட்டது. அவ்வளவுதான். பாக்கியெல்லாம் இரண்டாம் பட்சமாய் போய் விட்டது. நித்யாவும் லேசுப் பட்டவனில்லே. எமகாதகன். அவ்வளவு நாசூக்காய் பழகினன். மெலிதாய் அதிராமல் சிரித்தான். மெள்ள பேசினன். இந்த அட்டகாசங்கள், இடக்குப் பேச்சு, அசிங்கமான ஜோக்குகள் எதையும் காணும்.

ஆண்பிள்ளேக்கு அழகா எனலாம். ஆனுலும் அவளேப் போன்றவளுக்குப் பக்கத்தில் அவலட்சணமாய் ஒருத்தன் நின்ருல், சொல்லாமலா விடுவார்கள் பார்ப்பவர்கள். எங்கிருந்து பிடிச்சீங்க என்று தன்னேயல்லவா துளேத்தெடுத்து விடுவார்கள், அதனுல் தோற்றமும் முக்கியம் என்று எண்ணினுர் தாத்தா. அழகு, பணம், குணம்... இப்படியும் ஒரு சேர வாய்க்குமோ, கொடுத்து வைத்திருக்க வேண்டுமேயென்று உருகிவிட்டார். காதம்பரியிடமும் அப்படியே சொன்னுர்.



"எனக்கு பயங்கறதே தெரியாது, மனசிலே பட்டுடுத்துன்னு, நான் எதுக்குமே தயங்க மாட்டேன்' என்று சொல்லி அவன் சிரித்ததை. 'பாத்தியாம்மா, நல்ல தைரியசாலி. பாக்கறதுக்குத்தான் ராஜான்னு இல்லே, சுபாவமும் கம்பீரந்தான்...' என்றல்லவோ சிலாகித்தார்.

அவளும் கொஞ்சமும் யோசிக்காமல் தலையாட்டி விட்டாளே, பயப்பட மாட்டேன் என்றவனை, நியாயம் நேர்மைக்கோ, பழி பாவத்துக்கோ அஞ்சாத அயோக்கியன் என்று அர்த்தம் செய்து கொள்ளத் தெரியவில்லை.

அதற்காக அப்புறம் எத்தனைக் கஷ்டப்பட்டாகி விட்டது. நயம், நாசூக்கு மென்மை, அம்மாவைப் போல அமரிக்கையென்று குழந்தையிலிருந்து சொல்லிச் சொல்லி வளர்க்கப்பட்டு விட்டவளை நித்யாவின் அடாவடித்தனமும் இளக்காரமும் திணற அடிக்கவில்லையோ...

கல்யாணத்தின் போது எவ்வளவு எதிர்பார்ப்புகளோடு மணையில் அமர்ந்தாள். புதிய பிணைப்புகளை எதிர்பார்த்து எப்படி ஒரு உற்சாகமான துடிப்பில் இருந்தாள். தாத்தா ஒருவரின் ஆதரவு மட்டும் வளரும் பருவத்தில் போதாமல் போய்விட்டபோது பெரியவளாக ஆக, முதிரும் பருவத்தில் ஆசைகளை, இரகசியங்களை, எண்ணங்களையெல்லாம் அவரோடு பகிர்ந்துக் கொள்ள முடியாமல் போன போது — பெற்றோர் பிள்ளைகளுக்கிடையிலேயே 'ஜெனரேஷன் காப்' என்று தலைமுறை வித்தியாசங்களை ஆராயும் மனோபாவம் பெருகிவிட்ட காலத்தில், மூன்றாந்தலைமுறை தாத்தாவும் பேத்தியுமாய் அவர்கள் இருக்க நேர்ந்து விட்ட போது — இரண்டாவதாய் இன்னொருவருடைய அரவணைப்பை எவ்வளவு தூரம் நினைத்துப் பார்த்திருக்கிறாள்.

ஆரம்பத்திலேயே இல்லாமல் போய் விட்ட அம்மா, இருந்தும் இல்லாதவராகி விட்ட அப்பா, காரணமேயில்லாமல் குரோதத்தை உமிழ்ந்த லட்சுமி... அவள் செய்த தப்பென்ன இப்படி தனியளாகிவிட... உலகில் மற்றவர்களெல்லோரும் எத்தனையெத்தனை உறவு பிணைப்புகளோடு வாழ்கிறார்கள். ஒருவருக்கு மகளாக, ஒருவனுக்குத் தாயாக, தங்கையாக, தாரமாக, மாமியாக, அத்தையாக, பாட்டியாக — இப்படி எத்தனை கோணங்களில் உறவினால் பிணைக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள் ஒவ்வொருவரும். இத்தனை கோணங்களிலும் அன்பு செலாவணியாகிக் கொண்டேயிருக்கிறதே. என்ன பாவத்தினாலோ இவளுக்கு மட்டும் பிறந்த வீட்டில் அந்த பாக்கியம் இல்லாமல் போய்விட்ட போது, அவையத்தனைக்கும் ஈடு செய்வது போலல்லவா புகுந்த வீட்டில் புதிய உறவுகளை எதிர்பார்த்திருந்தாள்.

அவனுக்கிருந்த ஒரே அக்காவும் அவன் சுபாவத்தினால் தூர விலகி விட்டிருந்தாள். கல்யாணத்திற்குக் கூட வராத அளவு உறவு கசந்து விட்டிருந்தது அந்த சமயத்தில்தான் தெரிந்தது. முன்னால் தெரிந்திருந்தாலும் 'சரி, எல்லாம் வாய்க்குமா'வென்றுதான் அதையும் ஒதுக்கி விட்டிருப்பார்கள். ஆணமுகா, துப்பட்டிக்காராவென்று தோற்றத்தைக் கொண்டு முடித்த சமாசாரந்தானே இது. அப்பேர்ப்பட்ட நித்யா!

அவன் மூலம் குழந்தை...

மாதர் சங்கத் தலைவி கேட்டாளே எத்தனை குழந்தைகள் என்று நல்லவேளை ஒன்று கூட இல்லை. இருந்திருந்தால், அதிலும் அப்பாவைக் கொண்டிருந்தால் — நாளைக்கு அவனும் இப்படித்தான் கோர்ட்டுக்குப் போவான். போய் வாய் கூசாமல் சொல்லுவான். எங்கப்பா சொல்லியிருக்கிறார் எங்கள் வமிசமே இப்படித்தானென்று... நல்லவேளை, அம்மாவை எதற்கும் இழுக்க முடியாது. அவனிடம் போராடி, விடுதலையும் வாங்கி... பாய்ய்ங்... ங்ங்... ய்ய்... ங்ங்ங்... பயங்கரமாய் ஹாரன் ஓசை மிக அருகில் கேட்கிறது. உரசினாற்போல் மயிரிழையில் ஒரு கார் எதிர்பக்கம் விரைகிறது. ஹாரன் ஓசையோடு டிரைவரின் வார்த்தை புரியாத வசையும் அவளை திடுக்கிட வைக்கின்றன. சாலையில்வலப்பகுதிக்கேபோய்விட்டகாரை நிதானப்படுத்தி இடப்பக்கம் கொண்டு வருகிறாள். தன் கவனமின்மையைக் கடிந்து கொண்டு நடைபாதையையொட்டி நிறுத்தி ஆசுவாசப்படுத்திக் கொள்கையில்... சற்றுத் தள்ளி வாஞ்சிநாதன் போய்க் கொண்டிருப்பது தெரிகிறது. கையில் பிளாஸ்டிக் பை. விசுக் விசுக் கென்று நடை.

பரிதாபமாயிருக்கிறது.

ஹாரனை அழுத்தி சப்திக்கிறாள். திடுக்கிட்டாற் போல் திரும்பிப் பார்க்கிறார். புரியவில்லை. அவள் கதவைத் திறந்து தலையை நீட்டி கையாட்ட, 'நீயா'வென்று அருகில் வருகிறார்.

"எங்கே போயிண்டிருக்கீங்க...?"

"கஸ்டமர் ஒருத்தன் பில்லே செட்டில் பண்ணாமே டாட்ஜ் பண்றான்..."

"பாத்தாச்சில்ல, வீட்டுக்குத்தானே? ஏறுங்க..." பதில் சொல்ல இடந்தராமல் கதவைத் திறக்கிறாள்.

நெஞ்சுக்கட்டு ரசம்:

பழைய புளி, குறைவாக போட்டுக் கொதித்தவுடன் துவரம் பருப்பு, குருமிளகு, கருவேப்பிலை, பெருங்காயம்முதலியசாமான்களை நெய்யில் நன்றாக வறுத்துப் பொடி செய்து கொண்டு ரசம்பொங்கும் தறுவாயில் போட்டு இறக்கினால் இருமல் கட்டு நீங்கும்.

அச்சு. அப்படியே தாத்தாவைப் போல இருக்கிறார். முன்புறம் வழுக்கையும் நெற்றி சுருக்கங்களும் கூட அதே மாதிரி இருக்கின்றன. ஆனால் அந்த கம்பீரத்தைத்தான் காணவில்லை... வராது.

ஏதோ ஒரு கால கட்டத்தில் சுபாவமும் தோற்றமும் கலந்து விடுகின்றன. சுபாவத்தில் இல்லாதது தோற்றத்தில் தென்படாது. எவனோ கஸ்டமரைப் பார்க்க வேகாத வெய்யிலில் தானே நடந்து போகிறார். ஒரு ஆளைப் போடக் கூடாது ஒரு கார், வேண்டாம்; ஸ்கூட்டராவது வைத்துக்கொள்ளக் கூடாது. எவ்வளவு கொடுத்தார் தாத்தா. அத்தனையும் இரண்டு பேர் பேரிலுமாய் இருக்க வேண்டுமென்று நிபந்தனையிட்டு லட்சுமி வாங்கிக் கொண்டாலும், தன்க்கு ஒரு சௌகரியத்துக்காக என்று கொஞ்சம் எடுத்து செலவழித்துக் கொள்ள முடியாத ஆள், என்ன ஆள்...

இவரெங்கே, இவர் அப்பா — தாத்தா எங்கே? அந்த கம்பீரம் வராதுதான்...

(தொடரும்)



* திருமதி சரோஜினி போன்று பலர் தன் கிராமங்களில் குடத்திலிட்ட விளக்கு போன்று சமூக சேவை செய்து வருகிறார்கள். இவர்கள் போன்று பலர் சமூக சேவை செய்ய முன்வர வேண்டும்.

அன்னபூரணி, தூத்துக்குடி—6.

* ஒரு செங்கல்லின் விலை ரூ. 319/– கட்டுரையைப் படித்தேன். என்னைப் போன்ற பல பெண்கள் இதேபோல ஏமாந்து உள்ளோம். இதனைப் படித்தாவது சிலர் உணர்வார்கள் என நம்புகிறோம்.

டி. ஆர். வசந்தி சேகரன், சென்னை—44.

* நோய் நொடியின்றி நீடித்த காலம் நிலைத்த உடல் வலிவுடன் வாழ இயற்கை வைத்தியம் எவ்வாறு உதவுகிறது என்பதை நடுப்பக்க கட்டுரை நன்கு விளக்கியது. எளிய முறையில் பின்பற்றும் அளவில் பல இயற்கை மருத்துவக் குறிப்புகளை அளித்தமைக்கு என் நன்றி!

ருக்மணி ராமன், தஞ்சாவூர்.

* எம். ஏ. சுசிலாவின் படைப்பு வித்தியாசமானதாகவும் நெஞ்சைத் தொடும்படியாகவும் அமைந்திருந்தது. உமாபதியின் ஓவியம் அணி செய்தது.

திருமதி நரசிம்மராவ், திருவையாறு.

* "பெண்கள் என்ன வம்பிகளா?" என்ற தலைப்பில் துணிந்து மாதர்கள் கலந்துரையாடிய கட்டுரை ஒரு வித்தியாசமான முயற்சி! உள்ளதை உள்ளபடியே உரைத்திருந்த அவர்களின் கருத்து சிந்தனையைத் தூண்டியது.

பி. எல். பரமசிவம், மதுரை—1.

* அன்னை ஆதிபராசக்தியின் கட்டுரை அற்புதமாக இருந்தது.

மேல் மருவத்தூர் அன்னையின் அற்புதத்தை, ஏற்கெனவே அறிந்திருந்தபோதிலும், தங்களின் பத்திரிகையின் வாயிலாகப் படிக்கும் போது சுவையாக இருந்தது.

டி. இராமசாமி, கோவை.

* நாம் அடுப்பை தவறுதலாக சரியாக அணைக்கவில்லையென்றால் காஸ் வெளியேறி ஒருவித வாசனை (மணம்) வருகிறது. அதிலிருந்தே நாம் எரிவாயு கசிகிறது என்று கண்டு கொள்கிறோம். ஏப்ரல் மாத எரிவாயுப் போட்டியில் எரிவாயு "மணமற்றது" சரியான விடை என்று போட்டிருக்கிறீர்கள். எப்படி என்று விளக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ஆர். இந்திரா, சென்னை—106.

மங்கையர் மலரில் தொடர்ந்து வந்த பல கட்டுரைகளில் இதைப் பற்றித் தெளிவுபடுத்தி இருக்கிறோம், எனினும் வாசகியின் கேள்விக்காக மீண்டும் சொல்கிறோம்— எரிவாயுக்கெனத் தனி மணமோ, நிறமோ கிடையாது. அது மணமற்றது. மணமற்ற எரிவாயு கசிவு ஏற்பட்டால் எப்படித் தெரிந்து கொள்ள முடியும்? அபாயகரமானது ஆயிற்றே! அதற்காகவே, எரிவாயு கசிந்தால் தெரிந்து கொள்வதற்காகவே அதனுடன் நீங்கள் நுகரும் அந்த மணத்தைக் கலக்கிறார்கள்.

(ஆசிரியர்)

'தாத்தா... கொஞ்சம் குனி!'

வேலூரைச் சுற்றியுள்ள பல இடங்களில் பெண்களை அதிகம் கவருவது விரிஞ்சிபுரம் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். அழகான புராணக் கதை ஒன்று இதற்குச் சொல்லப் பட்டாலும் குழந்தை பெருத பெண்கள் காலம் காலமாக ஆயிரக் கணக்கில் நாடி வரும் கோவிலாக இக்கோயில் விளங்குகிறது.

முதலில் புராணக் கதையைப் பார்க்கலாம்—

சிவனின் அடிமுடி தேடிப் புறப்பட்ட பிரம்மா, விஷ்ணுவின் கதை உங்களுக்குத் தெரியும். பிரம்மா அன்னப் பட்சி வடிவு கொண்டு சிவனின் முடி தேடி மேலே பறந்தவர், சிவனின் முடியைப் பார்த்ததாகப் பொய் சொல்ல சாபம் பெற்ருர் என்பார்கள்.

அப்படித் திருவண்ணுமலையில் சாபம் பெற்ற பிரம்மா இந்த விரிஞ்சிபுரத்தில் ஒரு ஏழை குருக்களின் மகனுகப் பிறந்தாராம். ஒருநாள் தந்தைக்கு உடம்பு முடியாமல் போகவே, இந்தச் சிறுவன் சிவ சர்மன் கோயில் பூஜைக்குக் கிளம்பிவிட்டான். பூஜையின் போது அபிஷேகம் செய்ய சிறுவன் ஆரம்பித்த போது லிங்கத்தின் உச்சி எட்டவில்லையாம்.

"தாத்தா, எனக்கு எட்டவில்லையே. கொஞ்சம் குனி!" என்ருனும்.

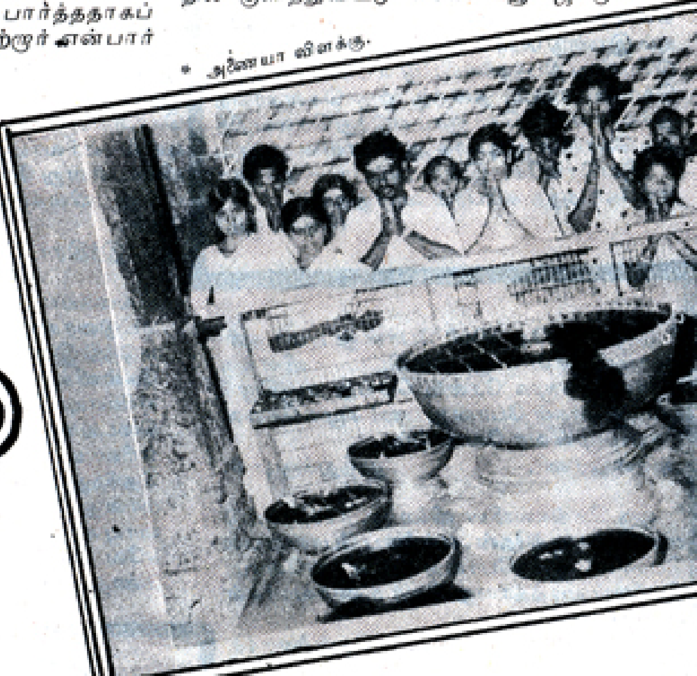
உடனே லிங்கமும் சிறிதே வளைந்து சிவ சர்மனின் அபிஷேகத்தை ஏற்றதாம்.

மூலவராக உள்ள ஸ்ரீ மார்கசகாயர் லிங்க வடிவில் சிறிதே வளைந்த நிலையிலேயே வீற்றிருக்கிருர்.

ஒவ்வொரு கார்த்திகை மாதமும் இங்கு ஆயிரக் கணக்கில் பிள்ளை பேறில்லாத பெண்கள் கூடுகிருர்கள். முதல் நாள் இரவே இங்கு வந்து குளித்துவிட்டுப் படுத்துக் கொள்கிருர்கள். இப்படிப்பெண்கள் விசேஷமாகக்குளிக்கும் 'சிம்மக்குளம்' என்னும் கிணறு மிகச் சிறியது. இதில்தான் அன்றிரவு ஆயிரக்கணக்கான பெண்கள் குளித்துவிட்டு கோயிலிலேயே உறங்குகிருர்கள்.

கனவில் ஏதேனும் சுபசகுனங்கள் தோன்றுமாளுல் அவர்களுக்குப் புத்திர பாக்கியம் உண்டு என்பது இங்கு காலம் காலமாக இருக்கின்ற நம்பிக்கை.

சாதாரண நாட்களிலே கூட சிம்மக்குளத்தில் குளித்துவிட்டு கையில் பூஜைக்குரிய



* அன்னையா விளக்கு.

பொருட்களை வைத்துக் கொண்டு இறைவனை கதியாக விழுந்து கிடக்கும் பெண்கள் இருக்கிருர்கள்.

நாங்கள் போயிருந்த போது ஒரு குடும்பம் மிகவும் பக்தி சிரத்தையுடன் சிம்மக்குளத்து நீரை எடுத்துத் தலையில் தெளித்துக் கொண்டது. என்னவென்று விசாரித்தோம்.

சென்னையில் பெரம்பூரில் இருக்கிருர்களாம் அவர்கள். பிறந்த குழந்தைகள் எல்லாம் இறந்து விடவே ஒருவர் சொன்ருராம், 'விரிஞ்சிபுரம் மார்கசகாயருக்கு வேண்டிக் கொள்' என்று. நீண்ட நாள் பிரார்த்தனையை கையில் இரண்டு குழந்தைகளுடன் செலுத்த வந்திருந்தனர் அந்தக் குடும்பத்தினர்.

அதேபோல அருகிலே உள்ள வெட்டுவானம் எல்லையம்மன் கோவிலிலே மற்ருெரு விசேஷம்—ஊரிலே யாருக்கு அம்மை போட்டாலும் கோவிலில் வந்து தங்கி விடுகிருர்கள். அம்மை வந்து வருந்தும் பல குழந்தை



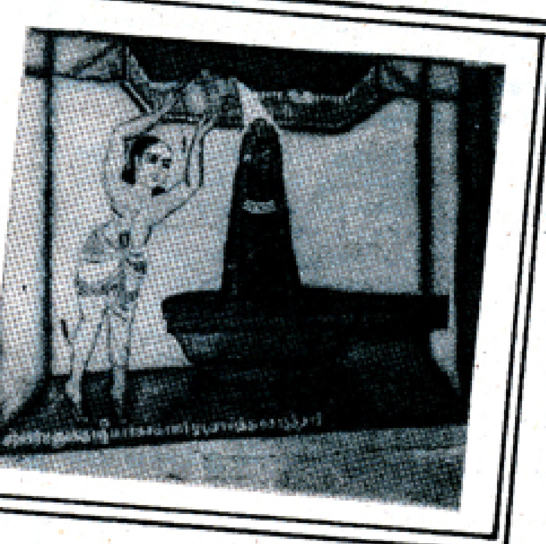
* வேட்டு வாணம் — எல்லையம்மன் கோயில்

* 'கடவுளே, எனக்குப் பிள்ளைவரம் கொடு!'



கனைத் தூளியில் போட்டு ஆட்டிக் கொண்டிருக்கும் தாய்மார்களைப் பார்க்க முடிந்தது. குளியல், சாப்பாடு எல்லாமே இங்குதான்.

''ஆத்தாவே கதின்னு இங்க வந்துட்டா சீக்கிரமா ஆத்தா (அம்மை) இறங்கிடும்'' என்கிறுள் வயதான மூதாட்டி.



''இது ஒரு வகையிலே நல்லதுதான். இப்படி இவங்கள தனியா வச்சிட்டா மத்தவங்களுக்குப் பரவாம இருக்கும். அத நேரா சொன்னு கஷ்டப்பட்டுப்பாங்க. இப்படி கோயில்ல இரு. அதுக்கு மகத்துவம் இருக்குன்னு சொன்னு நம்புவாங்க. அந்தக் காலத்துல எல்லாத்தையுமே அர்த்தத்தோடுதான் செஞ்சிருக்காங்க......'' என்கிறுர் கூட வந்த நண்பர் ஒருவர்.

வேலூரிலே எல்லோரையும் கவர்ந்திழுத்துக்கொண்டு இருப்பது கோட்டைக்கோயில். சமீப காலமாக ஜலகண்டேசுவரர் மீண்டும் மூலவராக வீற்றிருக்க ஆரம்பித்த பிறகு, குறுகிய காலத்தில்தான் எத்தனை வளர்ச்சி! பிரமிக்கத் தக்க மாறுதல்கள்!

இங்கு மயிலே மாமுனிவர் குருஜி சுவாமிகளால் நியமிக்கப்பட்டுள்ள அணையா விளக்கு மக்களிடையே பிரபலம் அடைந்து வருகிறது. பலவித மூலிகைகளால் உருவாக்கப்பட்டு, தாமரைத் தண்டின் திரி கொண்டு இவ்விளக்கு அமைக்கப்பட்டு உள்ளது.



இதனைச் சுற்றி வருபவர்கள் இவ்விளக்கிலிருந்து வரும் புகையின் மகிமையாலும் சூழ்ந்துள்ள ஒருவித காற்றின் நெடியாலும் பல வியாதிகள் நீங்கப் பெறுகிறார்கள் என்கிறார் இங்கிருப்பவர்.

ஜலகண்டேசுவரர் சந்நிதானத்தில் ஆரம்பிக்கும் சுரங்கம், விரிஞ்சிபுரம் அம்மன் சன்னதியில் முடிவடைகிறது. ஆரம்பத்தையும், முடிவையும் பார்க்க முடிகிறது. யார் இறங்கிப் பார்க்கத் துணிவார்கள்? எத்தனை நூற்றாண்டுகளாகப் பயன்படுத்தப் படாமல் உள்ள பாதை! நினைத்தாலே சிலிர்க்கிறது!

—மஞ்சுளா ரமேஷ்.

புகைப்படங்கள்: விடிவெள்ளி ஆறுமுகம்.

* 'பிரார்த்தனை செலுத்த வந்தோம்!'



கல்யாணரசம்:

வெந்த பருப்பை நன்றாகக் கலக்கித் தெளிவாக எடுத்து, ரசத்துக்குத் தகுந்த மாதிரி புளி கரைத்து, உப்புப் போட்டு கொதிக்க விட வேண்டும். ஒரு துண்டு பெருங்காயம் கிள்ளிப் போட்டு, பிறகு, வாணலியில் மிளகாய் வறுத்துக் கொண்டு கடலைப் பருப்பு கொஞ்சம் தனியா மூன்று பாகம் போட்டு (ரொம்ப வறுக்கக் கூடாது) வறுத்து இறக்கும் போது மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலை போட்டு இடித்து வைத்துக் கொண்டு புளி, உப்பு கொதித்தவுடன் பருப்புத் தெளிவையும் விட்டு கொதித்தவுடன் இடித்த பொடியை மஞ்சள் சேர்த்துப் போட்டு ஒரு கொதி கொதித்தவுடன் தக்காளிப் பழம் போட்டு, கொத்துமல்லி கிள்ளிப் போட்டு, கருவேப்பிலை கடுகு தாளிக்கவும்.

பிள்ளைதாய்ச்சிகளுக்குப் பிள்ளை பேறு ஆன பிறகு செய்யும் ரசம்:

புளியைக் கரைத்துக் கொண்டு நன்றாக அடுப்பில் வைத்துக் கொதிக்க வைக்க வேண்டும். வாணலியில் சொட்டு நெய் விட்டு துவரம் பருப்பு, மிளகாய் வற்றல், கண்டதிப்பிலி, துளி சுக்கு, பெருங்காயம் போட்டு வறுத்து கடைசியில் மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலையும் போட்டு வறுத்துப் பொடி செய்து இரண்டு முழு பூண்டை வேக வைத்து புளி ஜலத்தில் கொட்டி அதுவும் கொதித்தவுடன் மேற்சொன்ன வறுத்தவைகளைப் பொடி செய்து கொதித்த புளி ஜலத்தில் கொட்டி ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி நெய்யில் கடுகும், கருவேப்பிலையும் தாளிக்கவும். இது மழைக் காலத்தில் நனைந்ததால் வந்த உடம்பு வலி, வாயு வலியையும் போக்கும். இந்தச் சாமான்களையே அரைத்து செய்யலாம். புளியை பிள்ளைப் பெற்றவர்களுக்கு கூட்டு செய்வார்கள்.

வெறும் வயிறு ரசம்:

ஊர்களிலிருந்து பட்டினியாக, வீட்டுச் சாப்பாடு இல்லாது வரும் போது பருப்பு போட்டும் வைக்கலாம். பருப்புப் போடாமலும் வைக்கலாம். ரசத்துக்குப் புளி கரைத்துக் கொதிக்க வைத்து ½ டீஸ்பூன் துவரம் பருப்பு காரம் வேண்டிய வற்றல் மிளகாய் வறுத்துக் கொண்டு சின்னக் கரண்டி சீரகம் அதில் சேர்த்து, சற்று வறுத்து அரைத்து விடவும். கடுகு, கருவேப்பிலை தாளிக்கவும். வயிறு, வாய் இரண்டுக்கும் சரியாக இருக்கும்.

பிள்ளைப் பெற்றவர்களுக்கு மலையாளம், மைசூர், பெங்களூரில் புளி இல்லாது ரசம் வைப்பார்கள்.

அதாவது வெறும் ஜலத்தில் உப்புப் போட்டு கொதிக்கும்போது துளி பெருங்காயம், சீரகம், மிளகு, துவரம்பருப்பு பொடி செய்து போட்டு ஒரு கொதியில் இறக்கி நெய்யில் கருவேப்பிலை கடுகு தாளிப்பார்கள்.

தீயினாற் சுட்ட புண் ஆறுமே!



நாம் இப்பொழுது நம்முடைய அன்றாட வாழ்வில் நெருப்பின் அபாயங்கள் பற்றியும், அதைத் தவிர்ப்பது எவ்வாறு என்பதைப் பற்றியும் பத்திரிகைகள், வானொலி மற்றும் டீ.வி. மூலம் அறிந்து வருகிறோம். ஆகையால் தீப்புண்கள் பற்றிய மருத்துவ ரீதியான விளக்கங்களைத் தெரிந்து கொண்டால் அவசர காலத்துக்கு உதவும்.

தோலானது நம் உடலின் மிகப்பெரிய பாகமாகும். அது பல முக்கிய பணிகளை ஆற்றுகின்றது. தீப்புண்களினால் தோலுக்கு மிக அதிக அளவில் சேதம் விளையலாம். மேலும் இத்தோலானது ஐம்பது சதவீதத்திற்கு மேல் பாதிக்கப்படுமேயானால் அது உயிருக்கே மிகவும் அபாயகரமானதாகி விடும். தீப்புண்களை குணப்படுத்த எல்லா வித வசதிகளும் அமைந்த மருத்துவமனைகளை நாடுதல் மிக அவசியமாகும். ஏனென்றால் தீப்புண்களினால் அங்கங்கள் பாதிக்கப்பட்டு அங்கஹீனம் ஏற்பட வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. தீப்புண்கள் காரணமாக இறப்பதைத் தவிர்க்கவும், அவற்றினால் ஏற்படும் தீய விளைவுகளைக் கட்டுப்படுத்தவும் மருத்துவமனையில் இருந்து சிகிச்சை பெறுதல் அவசியமாகும்.

தீப்புண்கள் ஏற்பட பல காரணங்கள் உள்ளன. அவற்றில் முக்கியமானவை:

1. பொதுவாக வீட்டில் ஏற்படும் சிறிய தீவிபத்துக்கள்.

2. சமையலறையில் ஆடைகள் பற்றிக் கொள்வதினால் ஏற்படும் தீவிபத்துக்கள்.

3. பட்டாசுகளினால் ஏற்படும் விபத்து.

4. நீராவிமற்றும்கொதிக்கும்எண்ணெய், பால் போன்ற திரவங்கள் கொட்டி விடுவதால், ஏற்படுகின்ற தீ விபத்து.

5. தொழிற்சாலைகளில் ரசாயனப் பொருட்கள், கொதிக்கும் உலோகங்கள் மற்றும் கதிர் இயக்கப் பொருட்களினால் ஏற்படுகின்ற தீ விபத்து.

6. மின்சாரத் தாக்குதலினால் உண்டாகும் விபத்துக்கள் ஆகும்.

நெருப்பினால் உண்டாகும் தீப்புண்களை **Burns** என்றும் நீராவி, எண்ணெய் போன்றவை காரணமாக உண்டாகிறவைகளை **Scalds** என்றும் கூறுவார்கள்.

உடனடி சிகிச்சை:

தீ விபத்துக்களின் போது பொதுவாக எவ்வாறு சிகிச்சை அளித்தல் வேண்டும்?

நெருப்பை உடனடியாக அணைக்க வேண்டும். இதன் மூலம் விபத்து பரவாமல் தவிர்க்கலாம். தீப்புண்களின் மேல் உடனடியாக நல்ல குழாய் நீரை ஊற்றுவதன் மூலம் நம் உடலின் டிஷ்யூக்களின் (Tissue) வெப்ப நிலையைக் குறைக்கவும், தீப்புண்களினால் ஏற்படும் மற்ற சிக்கல்களையும் கட்டுப்படுத்த இயலும். தீப்புண்கள் மேல் நீரை ஊற்றுவதினால் சீழ் பரவும் என்று பலமான ஓர் கருத்து முன் காலங்களில் இருந்து வந்தது. ஆனால் இது முற்றிலும் தவறானதாகும்.

இங்க், தைலம், மெதிலீன் ப்ளூ சமையல் சோடா போன்றவைகளைத் தீப்புண்களின் மேல் எக்காரணத்தைக் கொண்டும் தடவக் கூடாது. விபத்துக்குள்ளானவருக்கு வலியைக் குறைப்பதற்கு உடனடியாக வலி நிவாரணியை அளிப்பதோடு அவர் சீரான மூச்சு விடுவதற்கு ஆவன செய்ய வேண்டும். பின்னர் அவரை காலம் தாழ்த்தாமல் தீப்புண்களை குணப்படுத்துவதற்கு வசதிகள் அமைந்த மருத்துவமனைக்கு உடனடியாக அழைத்துச் செல்ல வேண்டும்.

தீப்புண்கள் உடலை எவ்வாறு பாதிக்கின்றன?

தீப்புண்களின் ஆழத்தைக் கொண்டு அதனை **First, Second and Third Degree burns** என்பார்கள். அதிகம் தோல் பாதிக்கப்பட்டால் அது உயிருக்கே அபாயகரமானதாகி விடும். 3–வது டிகிரி burn–ல் தோல் மட்டு



மின்றி நரம்புகளும் பாதிக்கப்படுவதினால் வலி அதிகம் தோன்றுவதில்லை (வலிகளை உணருவது நரம்புகளே.) தீப்புண்களின் ஆழத்தைச் சரியாகக் கணிப்பதின் மூலமாக அதனைச் சரியாகக் குணப்படுத்த இயலும்.

ரூல் ஆஃப் நைன் என்பதின் மூலம் தோலானது எவ்வளவு சதவீதம் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை மருத்துவர்கள் கணக்கிடுகிறார்கள். தீப்புண்களினால் தாக்கப்பட்ட தோலானது உடனடியாக ப்ளாஸ்மா மற்றும் electrolytes—ஐ அதிக அளவில் இழக்க ஆரம்பிக்கிறது. அதனால் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்ட நோயாளியின் உடலில் நிறைய அளவில் திரவங்களை செலுத்துகிறார்கள். நோயாளிக்குச் சேர வேண்டிய திரவத்தின் அளவை (பார்க்லாண்ட்ஸ் பார்முலா) மூலம் மருத்துவர்கள் கணக்கிடுகிறார்கள். சீழ் பரவியுள்ள தீப்புண்களை நிறைய ஆன்டிபயாடிக்ஸ் கொடுப்பதன் மூலம் குணப்படுத்துகிறார்கள்.

மின்சாரம் காரணமாக ஏற்படும் தீவிபத்துக்கள் பார்ப்பதற்கு சாதாரணமாக இருப்பினும், அதனால் தீய விளைவுகள் ஏற்பட நிறைய வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. ஆழமான தீப்புண்கள் ஆறுவதற்குப் பல நாட்கள் ஆவதுடன் உடலில் தழும்புகள் தோன்றலாம். சில ஆழமான தீப்புண்களில் தசைகள் பாதிக்கப்படுவதினால் கை, கால்கள் முடங்குவதற்குக் கூட வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. ஆகையால் பாதிக்கப்பட்ட பாகங்களை அடிக்கடி அசைத்துப் பயிற்சிகள் செய்ய வேண்டும். ஸ்கின் கராட்டிங் முறையைக் கையாண்டு தழும்புகளை மருத்துவர்கள் மறையச் செய்கிறார்கள். இந்த விபத்துக்குள்ளானவர்களுக்கு உடலில் வலு சேர்வதற்காக நிறைய சத்துள்ள உணவைக் கண்டிப்பாக உட்கொள்ள வேண்டும்.

இப்பொழுது பொதுவாக நாம் நமது அன்றாட வாழ்வில் எவ்வாறு ஜாக்கிரதையாக தீ விபத்துக்களை தவிர்க்கலாம் என்று ஆராயலாம்:

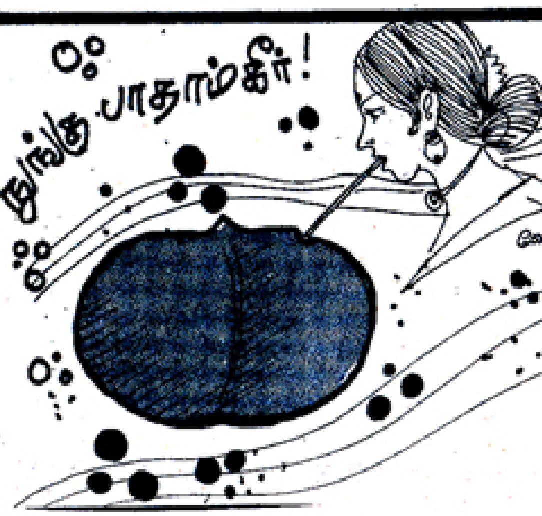
தீ பற்றிக் கொள்ளக் கூடிய எந்தப் பொருளையும் குழந்தைகளின் அருகே இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது மிக அவசியமாகும். பாதுகாப்பு விதிகளை சிறிதும் பிசகாமல் அனுசரித்து வந்தால் தொழிற்சாலை விபத்துக்களைத் தவிர்க்கலாம். சமையலறையில், காஸ் அடுப்பு போன்றவைகளை கவனமாக உபயோகிப்பதுடன், கூடிய வரை பருத்தித் துணிகளை அணிவதன் மூலம் தீ விபத்துக்களைக் கட்டுப்படுத்தலாம். முக்கியமாக நாம் வீட்டில் அன்றாடம் உபயோகிக்கும் எலக்ட்ரிக் கருவிகளை முன்னெச்சரிக்கையுடன் கையாண்டு வந்தால் மின்சாரம் காரணமாக ஏற்படும் தீ விபத்துக்களைக் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்கலாம். கடைசியாக தற்கொலை முயற்சிகளினால் அநேக தீ விபத்துக்கள் நேருகின்றன. இதைத் தடுப்பது நம் கையில்தான் உள்ளது.

—சித்ரா சிவகுமார்.

நுங்கு பாதாம்கீர்!

இது நுங்கு சீசனாக இருப்பதினால் நுங்கை பாதாம்கீர் செய்து சாப்பிடலாம். 10 நுங்கைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். 3 கோப்பை பால், ¼ கோப்பை அரைத்த முந்திரிப் பருப்பு, 1 மேஜைக் கரண்டி பொடி செய்த முந்திரி; தேவையான அளவு சர்க்கரை ஆகியவற்றை நன்றாகக் கலந்து அடுப்பில் கொதிக்க விடவும். அத்துடன் நுங்கு, 2 ஏலக்காய், சில துளி பாதாம் எஸென்ஸ் ஆகியவற்றைக் கலந்து குளிர வைத்து பரிமாறவும். தேவையானால் ப்ரிஜ்ஜில் ¼ மணி நேரம் வைத்தும் பரிமாறலாம்.

—குப்பம்மாள்.



ராசி பலன்

ஜூன் '85



மேஷம்

விரைவில் வெளியூர் பிரயாணம் மேற்கொள்ள நேரிடும். நெருங்கிய உறவினர் அல்லது நண்பரின் மூலமாக எதிர்பாராத விதமாக வாழ்க்கையில் ஒரு அதிர்ஷ்டம் குறுக்கிடும். நின்று நிதானித்து எதிர் நோக்கியுள்ள வாய்ப்பைப் பயன்படுத்திக் கொள்வீர்களானால் பிரகாசமான எதிர்காலம் உண்டு. குடும்பத்தில் இருந்து வந்த குழப்பங்கள் மாறி தம்பதியரிடையே அன்பும் நெருக்கமும் வளரும். பணப் புழக்கத்திற்குத் தடையில்லை.



ரிஷபம்

இம்மாதத்தின் நடுவில் குழந்தைகளின் காரணமாகப் பொருளாதார நிலையில் மந்தம் ஏற்படும். செலவுகளை மிகவும் கட்டுப்படுத்திச் செய்வது நல்லது. தம்பதியரிடையே மனக்கிலேசங்களும், சிறிய பூசல்கள் பெரிய விவகாரங்களாக மாறுவதற்கான சாத்தியக் கூறுகளும் உண்டு. எனவே அனாவசியமான விவாதத்தில் ஈடுபடாமல் இருப்பது நல்லது. அலுவலகத்தில் அதிக மாற்றமின்றி இயல்பாகச் செல்லும்.



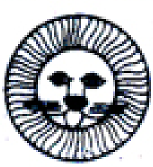
மிதுனம்

கடமைகளின் பளுவின்றி ஓரளவு குதூகலமும், பொழுது போக்கும் நிறைந்த மாதமாக இருக்கும். இல்லத்தில் நிகழும் சுப நிகழ்ச்சிகளின் காரணமாக விருந்தினரின் போக்குவரத்து இருக்கும். செலவு மிஞ்சியே இருந்தாலும் எதிர்பாராத பணவரவு கைகொடுக்கும் என்பதால் சிரமமில்லாமல் நிலைமை சென்றுவிடும். கணவன் மனைவியிடையே இருந்த வேற்றுமை அகலும். உடல் நிலையிலும் கவனம் செலுத்துவது நல்லது.



கடகம்

பொது மக்களிடையே தொடர்புடைய வேலையில் உள்ளவர்களுக்கு அரசாங்க விருதுகளும், புகழும் கிடைக்கும். பிரபலமானவர்களின் நட்புகளும், அதனால் எதிர்கால வாழ்க்கைக்குப் பல புதிய திட்டங்களும் உருவாகும். நண்பர்களின் தேர்ந்த ஆலோசனையுடன் தீவிர முயற்சிகளில் இறங்குவது நல்லது. குடும்பத்தில் அமைதி நிலவுவதால் காரிய சித்திக்குத் தடையேதுமில்லை.



சிம்மம்

அரசாங்க உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு உடன் பணிபுரிபவர்களால் பல பரிவான உதவிகள் கிடைக்கும். சிலருக்கு வாழ்வில் இனிமையான திருப்பங்கள் உண்டாகும். லட்சியத்தை அடைய நடுவில் சிறிய தடைகள் ஏற்பட்டாலும் அதை எளிதில் விலக்கி வெற்றியை அடையலாம். மேலதிகாரிகளின் அன்பின் காரணமாகச் சில எதிர்பாராத சலுகைகளையும் பெற முடியும். பொருளாதார சிக்கல் என்று ஒன்றுமிருக்காது.

கன்னி

வழக்கு வியாஜ்ஜியங்களில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு சிறிது சிரமமான காலமே. புதிய பிரச்னைகள் புதிய விதங்களில் தோன்றக் கூடும். பணச்

செலவு அதிகம் இல்லாவிடினும் அலைச்சல் தீர்ந்தபாடாக இருக்காது. குடும்பத்தாரிடையே உங்கள்பால் அன்பும் பரிவும் இருப்பதால் பிரச்னைகளின் கடுமை அதிகம் தெரியாது. குழந்தைகளினால் நிம்மதியும், சிறிய ஊர்ப் பிரயாணங்களும் ஏற்படும்.

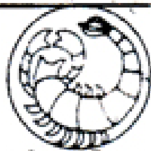


வேலையின் கடுமை அதிகமாக இருக்கும் மாதமிது. ஓய்வு, பொழுது போக்கு என எதிர்பார்த்துக் கொண்டு இராமல் கடுமையான உழைப்பை மேற் கொண்டீர்களானால் உழைத்த பலனை விரைவில் அடைவீர்கள். திடசித்தம் கொண்ட நீங்கள் தைரியமாக காரியங்களை மேற்கொள்வீர்களானால் லட்சியத்தைக் கூடிய விரைவில் அடைவீர்கள். பணப் பிரச்னை ஓரளவு இருக்கவே செய்யும்.



துலாம்

உங்கள் வாழ்வில் அறிமுகமாகும் புதிய நண்பரால் குடும்பத்தில் சில மாற்றங்கள் நிகழும். நடப்பதெல்லாம் நன்மைக்கே எனப் பொறுமையைக் கடைபிடிப்பீர்களானால் விரைவில் நிலைமை உங்களுக்குச் சாதகமாக மாறும். உயர் கல்வியை விரும்பும் நபர்கள் தாங்கள் நினைத்த லட்சியத்தை அடைவதுடன், சிலருக்கு வெளிநாட்டுப் பிரயாணமும் உண்டாகும்.



விருச்சிகம்

தெய்வ நம்பிக்கை மிகுந்த நீங்கள் கடந்து வந்த சிரமமான நாட்கள் மறந்து விடும் அளவிற்குப் புதிய திருப்பமொன்று ஏற்படும். பழைய நண்பர்களும், பழகிய குடும்பமுமாகக் குதூகலமான வாழ்க்கைக்குத் திரும்புவீர்கள். இயல்பாகவே பணப் பிரச்னை நீங்குவதுடன் சிலருக்கு அரசாங்க கௌரவமும் கிடைக்கும். திருமணத்தை எதிர்பார்த்து இருப்பவர்களுக்கு அருமையான வரன் கிடைக்கும்.



தனுசு

காலம் பொன்னானது என்பதை உணர்ந்து செயல்படுவீர்களானால் உங்களைப் பீடித்திருக்கும் சோர்வு நீங்கும். உழைப்பிற்கேற்ற பலனை கிடைக்கும் என்பதால் தீவிரமாக உழைக்க ஆரம்பியுங்கள். குடும்பத்தில் ஏற்படும் சிறு பூசல்களை ஒதுக்கிவிட்டுச் சென்றுவிடுவது நல்லது. தனியார்த் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் நண்பர்களின் உதவியுடன் புதிய முயற்சிகளில் தீவிரமாக இறங்கலாம்.



மகரம்

வேலையை எதிர்பார்த்து நிற்பவர்களுக்கு நல்ல பதில் கிடைக்கும். அரசாங்க வேலையில் இருப்பவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு கிடைப்பதுடன், சிலருக்கு வெளியூர் மாற்றல்களும் கிடைக்கும். பொதுத் துறையில் உள்ளவர்களுக்கு எதிர்பாராத நபர் ஒருவரின் அழைப்பின் காரணமாகப் புகழ் ஏற்படுவதுடன், பணவரவும் உண்டாகும். குடும்பத்தாரை சில நாட்கள் பிரிந்திருக்கவும் நேரலாம்.



கும்பம்

இம்மாதம் அதிகமான வேலைப் பளுவின்றி குடும்பத்தாரிடையே நேரத்தை அதிகமாகச் செலவழிக்கும் வாய்ப்பு ஏற்படும். குழந்தைகளுடன் குதூகலப் பிரயாணங்களை மேற்கொள்ளலாம். மாத இறுதியில் சிலருக்கு எதிர்பாராத மகிழ்ச்சியான செய்திகள் கிடைக்கும். நெருங்கிய உறவினர் ஒருவரின் உதவியால் புதிய வாகன பிராப்திகள் உண்டாகலாம். வீடுமனை வாங்க நல்ல நேரம்.



மீனம்



கஸ்தூரி கந்தர்

இம்மாத செல்வத்தராசி



ராஜலட்சுமி சந்தானம்

முதல் பரிசு:

வெஜிடபிள் முட்டை சாப்

தேவையான பொருட்கள்:

முட்டை — 10
கடலே மாவு — ½ கிலோ
கேழ்வரகு மாவு — ½ கிலோ
உருளைக் கிழங்கு — ½ கிலோ
காலி பிளவர் — 200 கிராம்
பீட்ரூட் — 100 கிராம்
காரட் — 200 கிராம்
பச்சை மிளகாய் — 15
மிளகாய் வற்றல் — 15
பெருஞ்சீரகம் — 2 சின்ன ஸ்பூன்
பூண்டு — 1 கட்டி பெரியது
கொத்துமல்லி — 1 சிறு கட்டு
கடுகு — ½ சின்ன ஸ்பூன்
நச்சீரகம் — ½ சின்ன ஸ்பூன்
இஞ்சி — சிறுதுண்டு
க. எண்ணெய் — ½ லிட்டர்
உப்பு — தேவையான அளவு.

செய்முறை:

முதலில் கடலே மாவையும் கேழ்வரகு மாவையும் ஒன்றாய் கலக்கவும். முட்டைகளைத் தனியாக ஒரு பாத்திரத்தில் உடைத்து ஊற்றி நன்கு அடித்துக் கொள்ளவும். பூண்டிலும், பெருஞ்சீரகத்திலும் சம அளவு எடுத்துப்பூண்டைதோலுரித்துப்பின்பெருஞ்சீரகம், மிளகாய் வற்றல் மூன்றையும் விழுதாக அரைத்து அரைத்த விழுது, கலந்த மாவு, முட்டை மூன்றையும் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து நன்கு கரைத்துக் கொள்ளவும். கரைசல் சற்று கட்டியாக இருக்க வேண்டும்.

உருளைக் கிழங்கை அவித்து தோலுரித்துக் கொள்ளவும். காலிபிளவர், பீட்ரூட் இரண்டையும் நன்கு பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். காரட்டை நைஸாகத் துருவிக் கொள்ளவும். கொத்துமல்லியைப்பொடியாகநறுக்கிக் கொள்ளவும். மீதமுள்ள பூண்டையும் தோலுரித்துப் பூண்டு, மீதமுள்ள பெருஞ்சீரகம், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி நான்கையும் விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பின் வாணலியை அடுப்பில் வைத்து, 100 மி.லி. எண்ணெய் விட்டு கடுகு, நச்சீரகம் தாளித்து அதில் காலி பிளவர், பீட்ரூட் இரண்டையும் போட்டு நன்கு வதக்கி சில நிமிடம் சென்று துருவிய காரட்டையும் அரைத்த விழுதையும் போட்டு கையளவு நீர் தெளித்து (நிறைய கூடாது) வேகும் வரை வதக்கவும். உருளைக் கிழங்கை உதிர்த்து நன்கு மைபோல் பிசைந்து வெந்த காய்கறிகளில் சேர்த்து, கொத்துமல்லியும் தேவையான அளவு உப்பையும் போட்டு எல்லாவற்றையும் போட்டு எல்லாவற்றையும் நன்கு சேரும்படி நன்றாகக் கிளறவும். அடுப்பு நிதானமாக எரிய வேண்டும். நன்கு கிளறி கூட்டி வாணலியை அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும்.

இந்த வெஜிடபிள் கலவையை சற்று சூடு ஆறியதும் சிறு, சிறு வடைகளாகத் தட்டிக் கொள்ளவும். ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து மீதமுள்ள எண்ணெயை ஊற்றி எண்ணெய் நன்கு காய்ந்ததும் தட்டி வைத்துள்ள வடையை கரைத்த மாவில் முக்கி எண்ணெயில் போட்டுப் பொரிக்கவும். தேங்காய்ச் சட்னி தொட்டுக் கொள்ள நன்றாக இருக்கும்.

—டி. விஜயா, பண்ருட்டி.

இரண்டாம் பரிசு:

த்ரீ இன் ஒன் சதுராலி

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு — 1 க்ப்
கேழ்வரகு மாவு — 1 கப்
பொட்டுக் கடலே மாவு — 1 கப்
முருங்கைக் கீரை — 2 கப்
கேரட் — 3 எண்
தேங்காய்த் துருவல் — 1 கப்
மிளகு — 2 டீஸ்பூன்
சின்ன சீரகம் — 1 டீஸ்பூன்
பச்சை மிளகாய் — 3
டால்டா அல்லது நெய் — 200 கிராம்.

செய்முறை:

கேரட்டைத் துருவியில் துருவிக் கொள்ளவும். ஒரு அகலமான பாத்திரத்தில் மூன்று மாவையும் கொட்டி, தேவையான உப்பு, முருங்கைக் கீரை, கேரட் துருவல், தேங்காய்த் துருவல் எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் கரண்டியால் கிளறிவிட்டு நன்கு கொதித்த நீர் மூன்று கப் விட்டு மீண்டும் கிளறிவிடவும். பச்சை மிளகாயை பொடியாய் நறுக்கிச் சேர்க்கவும். மிளகு, சீரகத்தை சிறிது நெய்விட்டு வறுத்துப் பொடி செய்து மாவுடன் கலந்து மீதமுள்ள நெய்யையும் ஊற்றி மாவை சப்பாத்தி மாவு பதத்திற்கு தகுந்தாற்போல் பிசைந்து வைக்கவும்.


ஜெயந்திசுப்ரியா.

சிறு சிறு சப்பாத்தி போல் இலேயில் மெலிதாக தட்டி தோசைக் கல்லில் போட்டு எடுத்துச் சூடாக பரிமாறவும்.

—சுகந்தி சுந்தர், நாகப்பட்டினம்.

மூன்றாம் பரிசு:

ராகி புட்டிங்

தேவையான பொருட்கள்:

ராகி மாவு — 2 கப்
பச்சரிசி — 1 கப்
துவரம் பருப்பு — ½ கப்
தேங்காய் மூடி — 1
பெருங்காயம் — கொஞ்சம் (சிறிதளவு)
வற்றல் மிளகாய் — 6
பச்சை மிளகாய் — 3
கருவேப்பிலே, உப்பு—தேவையான அளவு
தயிர் — 1 கப்
கடுகு — 2 ஸ்பூன்.

செய்முறை:

ராகி மாவு, அரிசி, பருப்பு வகைகளே எடுத்துக் கொண்டு அரிசி, பருப்பு வகைகளே மட்டும் 2 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பின்பு, களைந்து கல் அரித்து கல்லுரல் அல்லது மிக்ஸியில் மிளகாய், பெருங்காயம், உப்பைச் சேர்த்து சற்று கரகரப்பாக நீர் விடாமல் கெட்டியாக அரைக்கவும். அரைத்த கலவையில் ராகி மாவு, தயிர் சேர்த்து தேங்காய்த் துருவல் போட்டு நன்கு கலக்கவும். ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு போட்டு வெடித்ததும், இந்த மேற்கூறிய கலவையைப் போட்டு, கருவேப்பிலே சேர்த்து ஐந்து நிமிடம் கிளறி இறக்கி விடவும்.

குக்கர் பாத்திரம் பருப்பு வைப்பதில் எண்ணெய் தடவி இந்தக் கலவையை ½ அங்குல கனத்திற்கு விட்டு அடை மாதிரி தட்டவும். பின்பு குக்கரில் வைத்து 15 நிமிடம் வேகவிட்டு குக்கர் வெயிட்டை போட்டு இறக்கி விடவும். இட்லிப் பாத்திரத்திலும் வேக வைக்கலாம். ஆறிய பின் ஒரு தட்டில் கவிழ்த்து விட்டு கத்தியால் நமக்குத் தேவையான டிசைன்களில் துண்டுகள் போட்டுக் கொள்ளலாம்.

தேவையானால், தக்காளி சட்னி, அல்லது தேங்காய் சட்னி செய்து தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

—ராஜலட்சுமி சந்தானம், பெரியகுளம்.

ஆறுதல் பரிசு:

மலபார் ரோல்

தேவையான பொருட்கள்:

மரவள்ளிக் கிழங்கு — ½ கிலோ
பொட்டுக்கடலே மாவு — 4 டேபிள் ஸ்பூன்
கேழ்வரகு மாவு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்
கடுகு — 1 டீஸ்பூன்


பவானி நல்ல சிவம்.

பாம் ஆயில் — ¼ கிலோ
இஞ்சி — 1 சிறிய துண்டு
பச்சை மிளகாய் — ஆறு
பெரிய வெங்காயம் — ஐந்து
தனியா பொடி — 1 டீஸ்பூன்
சீரகம், மிளகு பொடி — 1 டீஸ்பூன்
காரப்பொடி — 2 டீஸ்பூன்
மசாலா பொடி — 1 டீஸ்பூன்
சர்க்கரை — 1 டீஸ்பூன்
பூண்டு — 1
புதினா — 1 கட்டு
தக்காளி — ¼ கிலோ
பீட்ரூட் — 1
கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி — தேவைப் படி
உப்பு — தேவைக்கேற்றபடி.

செய்முறை:

மரவள்ளிக் கிழங்கின் தோலை நீக்கி வேக வைத்த நன்கு மசித்து, பொட்டுக்கடலை, கேழ்வரகு மாவுகளுடன் வேண்டிய அளவு உப்பு சேர்த்துச் சப்பாத்தி மாவுபோல் கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

மேலே கூறப்பட்டுள்ள காய்கறி வகைகளை பொடிப் பொடியாக நறுக்கி வாணலியில் எண்ணெய் சிறிதளவு விட்டு கடுகு தாளித்து பச்சை மிளகாயை இஞ்சி, பூண்டு, புதினா, தக்காளி, வெங்காயம், பீட்ரூட், கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி அனைத்தையும், உப்பு, பொடி வகைகளையும் கூட்டி பக்குவமாக வதக்கிக் கொள்ளவும்.

பிசைந்த மரவள்ளி மாவுக் கலவையை ½" பருமனில் மெல்லிய வடைபோல் தட்டிக் கொள்ளவும். பக்குவமாய் வதக்கிய காய்கறிச் கருவை வடையின் மையத்தில் வைத்து மூடி ஸிலிண்டர் அமைப்பில் உருட்டிக் கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு, அடுப்பை ஸிம்மில் வைத்து ஸிலிண்டர் வடிவில் உருட்டி இருக்கும் காய்கறிச் கருள் பொதிந்த மரவள்ளியைப் பொன்னிறமாகப் பொரித்துப் பரிமாறவும்.

—ஹஸ்தப்ரியா, சென்னை—20.

ஆறுதல் பரிசு:

கலப்புத் தானிய அல்வா

தேவையான பொருட்கள்:

கேழ்வரகு — 1 கப்
உளுத்தம் பருப்பு — 1 கப்
கோதுமை — 1 கப்
சோளம் — 1 கப்
பச்சரிசி — 1 கப்
(மேற்கூறியவற்றைத் தனித்தனியாக வெறும் வாணலியில் வறுத்து மாவாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.)
எண்ணெய் — 1 கப்
வெல்லம் — 2 கப்
தண்ணீர் — 2½ கப்
ஏலக்காய் — 2 (பொடி செய்யவும்.)

செய்முறை:

1. வாய் அகன்ற பாத்திரத்தில் தண்ணீர் வைத்து வெல்லத்தை போட்டுக் கொதிக்க விடவும்.
2. தயார் செய்துள்ள மாவில் ஒரு கப் எடுத்து கொதிக்கும் நீரில் கிளறிக் கொண்டே போட வேண்டும்.
3. எண்ணெயைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டுக் கொண்டே கிளற வேண்டும்.
4. நன்கு வெந்தபின், ஏலப் பொடியை போட்டுக் கிளறி இறக்க வேண்டும்.
5. விருப்பப்பட்டால் ஒரு முட்டையை உடைத்து நன்கு அடித்து அல்வாவை கீழே இறக்குமுன் போட்டு வெந்தபின் உபயோகிக்கவும்.

— பவானி நல்லசிவம், சென்னை—31.

போட்டியில் நடுவர்களாக இருந்தவர்கள்:
ஜோதா சோமாஸ்கந்தன், உமா வெங்கட்ராவ், உமா ராகவன், ஆர். கோபாலகிருஷ்ணன், கே. ஜெயலட்சுமி, எஸ். லலிதா.





சிலர் தங்கள் வாழ்வில் ஏற்பட்ட இழப்புக்களைப் பெரிதாக எண்ணி தாங்களும் முடிந்து போன கவலையில் மூழ்கி மற்றவரையும் கஷ்டப்படுத்துவார்கள். சிலர் தங்கள் கவலைகளை ஒருபுறம் வைத்து விட்டு மற்றவர்களுக்கு தங்களால் என்ன செய்ய முடியும் என்று நினைத்து செயல்படவும் செய்கிறார்கள். சிறிய வயதிலேயே விதவையாகி விட்ட திருமதி தில்லையம்மாள் — நல்ல வசதியான குடும்பத்தில் பிறந்தவர் — அவர் நினைத்திருந்தால் வீடு உண்டு, தான் உண்டு என்று இருந்திருக்கலாம். தன்னுடைய சொந்த வாழ்க்கையின் கஷ்டங்களை ஒருபுறம் ஒதுக்கி வைத்து விட்டு இன்று ''கோவை சேவா நிலயத்தின்'' கௌரவ காரியதரிசியாக இருக்கிறார். ஒரு வருடமல்ல இரண்டு வருடமல்ல 38 வருடங்களாக ஆதரவற்ற, உறவு அற்ற அனாதைப் பெண் குழந்தைகளுக்கு அபயகரம் நீட்டி வருகிறார். குழந்தைகள் இல்லம், சீர்திருத்தப் பள்ளி, சாரதா மணி தேவி துவக்கப் பள்ளி, பெண்கள் உயர் நிலைப் பள்ளி, சேவிகாஸ்ரமம் என்று பல விழுதுகளை விரித்துக் கொண்ட இந்த ஆலமரத்திற்கு விதை போட்ட திருமதி தில்லையம்மாள் முழு நாளும் இங்கேயே தங்கி பல அலுவல்களைக் கவனிக்கிறார்.

அனாதைப் பெண்களுக்குத் தகுந்த பாதுகாப்பான இடத்தில் திருமணமும் செய்து வைக்கிறார். கணவனால் கை விடப்பட்ட பெண்களுக்குத் தகுந்த பாதுகாப்போடு ஒரு தொழில் அல்லது கல்வியைக் கொடுக்கிறார். அரசினர் மருத்துவ விடுதிகளிலிருந்து ஆதரவற்றவர்களாக அனுப்பப்படும் குழந்தைகளும், சந்தர்ப்ப வசத்தால் குற்றம் செய்து தண்டனையடைந்த ஆயுள் கைதிகள், தூக்குத் தண்டனை கைதிகளின் குழந்தைகளையும் இங்கே நன்கு கவனித்து படிக்க வைக்கிறார். ஒரு சமயம் ஒரு கைதி இவரிடம் ''என் குழந்தையை நல்லா படிக்க வைச்சு, அவளை மேலுக்குக் கொண்டு வரணும்'' என்று கண்ணீர் மல்கக் கூறியது இன்னும் இவரது நினைவிலிருந்து அகலவேயில்லை. 'நிறைய பேர் படித்து நல்ல வேலையிலிருக்கும் பொழுது உண்டாகும் சந்தோஷம் இருக்கிறதே அது விவரிக்க முடியாத ஒன்று' என்கிறார்.

இவரது தந்தை 'சேவா நிலயத்திற்கு' எனச் சொந்தமாக 'ஒரு கட்டிடத்தை வழங்கவும் பொருளாதார ரீதியில் சமாளிக்க முடிந்ததாம்.' தந்தையார் கொடுத்த கட்டிடம், மகள் ஆற்றும் பொதுப் பணியோடு சேவா நிலயம் வெள்ளி விழா கொண்டாடியாகிவிட்டது.

செல்வ வளம் மிகுந்த குடும்பத்தில் பிறந்தாலும், எளிமையும் சேவையும் என்று திகழ முடியும் என்பதற்கு திருமதி தில்லையம்மாள் ஒரு உதாரணம். இத்தனை வருடங்கள் சேவையில் கழிந்தாலும் அதே அளவு ஆர்வத்துடனும், ஊக்கத்துடனும் இருப்பது ஆச்சரியமான விஷயம்.

— பூங்கோதை

என் குழந்தையைப் படிக்க வையுங்க!



துணிகளைச் (சரியாகத்) துவைப்பது எப்படி?

சலவைப் பவுடரானாலும், வில்லையானாலும், துணிகளின் அழுக்கைச் சரியாக நீக்குமா என்பது அவைகளின் இரசாயன அமைப்பு, சுத்தம் செய்யப்பட வேண்டிய பொருளின் தன்மை, சுத்தம் செய்யும் போது இருக்கும் உஷ்ணநிலை — அதாவது நாம் சுடு நீர் உபயோகிக்கிறோமா என்பது — நீக்கப்பட வேண்டிய அழுக்கின் தன்மை ஆகியவை வற்றைப் பொறுத்தது.

துவைக்கும் போது கீழே குறிப்பிட்டவைகளை மனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

1. துணியைச் சரியான நேரம் ஊற வைத்தல் முக்கியம்: குறைந்தபட்சம் அரை மணி நேரமாவது. பவுடர் கலந்த நீரில் துணியை நனைத்து வைக்க வேண்டும். அழுக்கு அதிகமாக இருந்தால் மூன்று மணி நேரங்கூட ஊற வைக்கலாம். அப்போது தான் துணியிலுள்ள அழுக்கோடு பவுடர் கலந்து நல்ல முறையில் அழுக்கை அகற்ற முடியும்.

2. வெண்மைநிற பருத்தி ஆடைகளைச் சலவை பவுடர் கலந்த சூடான நீரில் நனைப்பது நல்ல பயனைத்தரும். ஆனால் இதே முறையை வண்ண ஆடைகளுக்குப் பின்பற்றக்கூடாது.

3. முதலில் துவைக்கப்பட வேண்டிய துணிகளை நன்ருக நீரில் நனைத்து, ஓரளவு அழுக்குப் போகும் வரை நன்ருக அலசிவிட்டுப் பிறகு பவுடர் கலந்த நீரில் நனைத்து வைத்துத் துவைத்தால், சீக்கிரம் அழுக்குப் போகும். அதிகப் பவுடரும் செலவாகாது. பொதுவாக, பல வீடுகளில் (குறிப்பாக வேலைக்காரர்கள் துணி துவைக்கும் போது) வேலைக்காரி வந்தவுடன் பக்கெட்டில் பவுடரைக் (பவுடரை வேலைக்காரி தான் எடுத்து போட்டுக் கொள்வாள்.) கொட்டி குவித்து வைத்திருக்கும் அழுக்குத் துணிகளை அப்படியே பக்கெட்டில் அமுக்கி வைத்து விட்டுப் (இத் துணிக்குவியலில், மிக அழுக்கான கர்சீப்புகள், சாக்ஸ்கள் நுனியில் மிக அழுக்கடைந்த பேண்டுகள் முதலியன இருக்கும்). பிறகு மற்ற வேலைகளைச் செய்து விட்டு, இத்துணிகளைத் துவைப்பாள். அல்லது உடனேயே துவைப்பதும் உண்டு. இம்முறையில் ஒரு மாதத்திற்குப் பயன் படுத்தக் கூடிய பவுடர் பதினைந்து நாட்களுக்குக் கூட வராது. சிறிது சிரமத்தைப் பாராது, நாமே துணிகளை, ஓரளவு அழுக்குப் போக அலசி விட்டுப் பிறகு சோப்புத்தூள் கலந்த நீரில் (வேலைக்காரி வருவதற்கு முன்பே) நனைத்து வைப்பது துணிகளுக்கும் நல்லது. நம் பர்சுக்கும் நல்லது.

4. எவ்வளவு தூள் உபயோகிக்க வேண்டும்? பவுடர் கலந்த நீரில் துணிகளை அமுக்கியவுடன், மேலே புசு புசு வென்று நுரை வந்து அப்படியே சிறிது நேரம் நிற்க வேண்டும். இது பவுடரின் அளவு போதுமானது என்பதைக் காட்டுகிறது. இவ்வாறு நுரை வராமல், 'ஜொய்' என்று உடனே நுரை மளமளப் போகும்போது பவுடரின் அளவு போதவில்லை என்று தெரியும்.

5. துணியை அடித்து துவைக்கக் கூடாது. துணி கிழியப் போகிறதா அல்லது துவைக்கும் கல் இரண்டாகப் போகிறதா எனும் அளவுக்குச் சிலர் துணிகளைப் படார், படாரென்று அடித்துத் துவைப்பார்கள். வேலைக்காரி துவைக்கும் போது அடிக்காமல், கசக்கித் துவைத்தாளானால், உள்ளேயிருந்து "துணியை நன்ருக அடித்துத் தோய். நீ தோய்க்கிருயா என்பதே தெரியவில்லை" என்று அடிக்கடி குரல் எழும்பிக் கொண்டேயிருக்கும். துணிகளை, மெதுவாகப் பக்கெட்டினுள் சோப்பு நீரிலேயே கசக்கிக் கசக்கிப் பிழிய வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் துணியிலுள்ள அழுக்கு நன்ருக நீங்கும்.

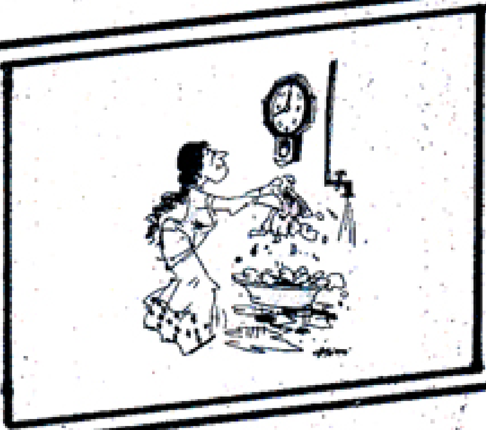


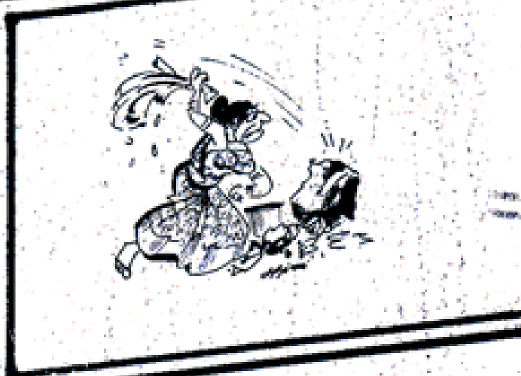
மேலும், துவைப்பதற்கு முன், துணிகளை மிக அழுக்கானது கொஞ்சமாக அழுக்கானது என்ற வகையில் பிரித்து வைத்துக் கொண்டு, முதலில் கொஞ்சமாக அழுக்கான துணிகளைப்போட்டுத் துவைத்துவிட்டு பிறகு, அதிக அழுக்கானவைகளை போட்டு எடுத்துப் பிறகு இதை மறுபடியும், வேறு நீரில் சிறிது பவுடர் கலந்து, போட்டு நனைத்து சுத்தம் செய்தால் பவுடர் செலவு குறையும். முதலில் கொஞ்ச அழுக்குள்ள துணியை அலசிப் பிறகு அதிக அழுக்குள்ள துணியை அலசுவது நீரையும் மிச்சப் படுத்தும்.

வண்ணத் துணிகளைத் துவைப்பது எப்படி ?

நல்ல தரமான பவுடர் சாயத்தைப் பாதிக்கக் கூடாது. ஆனாலும், துணியில் ஏற்றியுள்ள சாயம் நல்ல தரமானதாக இல்லாவிட்டால், பவுடர் கலந்த நீரில் நினைத்தவுடன், சாயம் வந்து விடும். ஆகவே முதன் முதலில் வண்ணத் துணிகளைத் துவைக்கும் போது, துணியின் ஒரு முனையைச் சோப்பு நீரில் நனைத்துப் பார்க்க வேண்டும். சாயம் நீரில் இறங்குகிறது என்றால், அப்படிப்பட்ட துணிகளைச் சோப்பு நீரில் நனைத்து ஊற வைக்கக் கூடாது. நனைத்து உடனேயே அலசி விட வேண்டும்.

வெவ்வேறு துணிகள், வெவ்வேறு விதமாகத் துவைக்கப்பட வேண்டும். வெண்ணிறப் பருத்தித் துணிகளை மட்டும் நீரில் கொதிக்க வைத்துச் சுத்தம் செய்யலாம். கம்பளி, சில்க் போன்றவைகளை நனைத்து ஊற வைக்கக் கூடாது. ஊற வைத்தால், அவை தமது வடிவத்தை இழந்துவிடும்.





மிருதுவான ஆடைகளைச் சுத்தம் செய்வதற்கென்றே திரவமான டிடர்ஜெண்டுகள் உள்ளன. இவைகளைக் கொண்டு மிருதுவான ஆடைகளைச் சுத்தம் செய்வது நல்லது.

விலை குறைவாக உள்ளது என்று குறிப்பிட்ட ஏதாவது ஒரு பவுடரை வாங்குவது தவறு. குறைந்த விலையில் கிடைக்கும் பவுடரில் சுமார் 50 சதவிகிதத்திலிருந்து 80 சதவிதம் வரை சோடா ஆஷ் கலந்திருக்கிறது. ஆகவே, குறைந்த விலைப் பவுடரால் துணிகள் சுத்தம் செய்யப்படும் போது, துணியின் நிறம் மங்கி விடுகிறது. உயர் ரகப் பவுடரில் சுமார், 12 சதவிதத்திலிருந்து 30 சதவிதம் வரை சுத்தம் செய்ய உதவும் பொருளும், 20 சதவிதத்திலிருந்து 30 சதவிதம் பாஸ்பேட்டுகளும் உள்ளதால், நீரை மிருதுவாக்கி, நல்ல நுரை வருமாறு செய்து துணியைப் பாதிக்காமல் இருக்கிறது. குறைந்த விலைப் பவுடரில் நீரை மிருதுவாக்கச் செய்யும் பாஸ்பேட்டுகள் சுமார் 5 சதவிதமே உள்ளன. குறைவு விலைப் பவுடர் உபயோகித்துத் துவைக்கும் போது, கைகளில் அரிப்பெடுத்துக் கடுமையாகிப் புண்ணாகி விடுவதும் உண்டு.

பின் குறிப்பு :

துணி அலசி விட்டுச் சோப்பு நீரைக் கக்கூசில் கொட்டும் பழக்கம் சில வீடுகளில் உண்டு. மலம், கக்கூசிலிருந்து குழாய்கள் மூலம், நகருக்கு வெளியே கொண்டு செல்லப்படும் முறையில் அமைந்திருந்தால், துணி அலசிய சோப்பு நீரைக் கக்கூசில் கொட்டலாம். இப்படி இல்லாமல், வீட்டுக்குப் பின்னாலேயே, கக்கூசை ஒட்டியே 'செப்டிக் டேங்க்' எனும் தொட்டியில் மல ஜலம் சேருகிறது என்றால், சோப்பு நீரைக் கக்கூசில் கொட்டக் கூடாது. செப்டிக் டேங்க் கட்டும் போது அதற்குள் சில விதமான புழுக்களை விடுகிறார்கள். இப்புழுக்கள் மல ஜலத்தோடு செயல்பட்டு, மலஜலம், மலஜலமாகவே இருந்து விடாவண்ணம் உதவுகிறது. சோப்பு நீரைக் கொட்டும் போது, காலக்கிரமத்தில் இப்புழுக்கள் இறந்துவிடும். புழுக்கள் இறந்துவிட்டால், மலம், மலமாகவே இருந்து விடும்.

— ராஜி

லேசாக விடிந்திருந்தாலும் நீலா இன்னும் படுக்கையை விட்டு எழுந்திருக்கவில்லை. அதுபுது மன்னி தாராவின் உத்திரவு.

நீலாவின் இந்த செய்கை இளங்காலைத் தென்றலுக்கு வியப்பாக இருந்திருக்க வேண்டும்.

"என்ன ஆயிற்று நீலா,..." என்று கர்ட்டனைத் தள்ளி எட்டிப் பார்த்து பரிசாக நல்ல வாசனையைக் கொடுத்து விட்டுப் போயிற்று.

"இல்லையில்லை... இனி சும்மா படுத்திருக்க நம்மால் முடியாது..." மெல்ல எழுந்த நீலா தலையைக் கோதி விட்டுக் கொண்டு ஓசைப்படாமல் கதவைத் திறந்தாள்.

எதிரே தாரா காப்பியுடன் வந்து கொண்டிருந்தாள்.

"எனக்குத் தெரியும்... உன்னால் சும்மா இருக்க முடியாதென்று... அதுதான் காப்பியும் கையுமாக வந்து விட்டேன்..."

தாரா குளித்திருக்க வேண்டும் குளிர்ந்த நீரில்.. அந்தத் தன்மை லேசாக நீலாவையும் தொற்றிக் கொண்டது. முகத்தில் மஞ்சளின் மெல்லிய மினு மினுப்பு...

"நீலா..."

அடுத்த அறையிலிருந்து வந்த பலத்த அழைப்பு.

நீலாவின் சிரித்த முகத்திலிருந்து தாராவினால் ஒன்றும் அறிந்துக் கொள்ள முடியவில்லை. கையில் காப்பி டம்ளருடன் விரைந்தாள் நீலா...

"இன்னிக்கு சீக்கிரமே எழுந்துட்டே ரமா..."

ரமா அவள் கேள்விக்கு நேராக ஒன்றும் பதில் சொல்லவில்லை. "இன்னிக்கு காலேஜிக்கு சீக்கிரம் போகணும்... எட்டு மணிக்கெல்லாம் சாப்பிட உட்கார்ந்துடணும்..."

அவன் அலட்சியத்தைத் தெரிந்ததாகக் காட்டிக் கொள்ளவில்லை நீலா.

"சரி: இந்தா காப்பி..."

அவன் பதிலுக்குக் காத்திராமல் மெல்ல வெளியே வந்தாள். தாராவை கண்கள் தேடின.

ரமாவின் இந்த அலட்சியம் தாரா மன்னி வரை நீளுமா அல்லது தன்னோடு மட்டும் தானா...

ஆனால் தாரா மன்னியோடு ஒத்துப் போவது ஒன்றும் அவ்வளவு பிரச்னையாக இருக்காது என்று தோன்றியது.

பிரச்சனைகள்...

தான் இதுவரை எந்தப் பிரச்னையைத் தான் எதிர் நோக்கவில்லை...

இளம் வயதில் தாயை இழந்த உடனேயே பிரச்சனைகளுக்குத் தன்னை தாரை வார்த்து விட்ட இறைவனை நினைக்காத நேரமில்லை.

அம்மாவின் முகம் லேசாகத்தான் நினைவில் இருந்தது. எப்பொழுதும் படுக்கையில் இருக்கும் அம்மா...

அம்மா தன்னருகு நடமாடி, தன்னை சீராட்டி.. அந்த அனுபவம் நீலாவுக்கு இல்லவேயில்லை... லேசாகக் கூட...

அவள் பிறந்த உடனேயே அம்மாவின் உடலுக்கு நோயும் பிறந்து விட்டது. ஒன்று மாற்றி ஒன்றாக... அப்பப்பா...

குறுநாவல்

கண்ணில் தெரியுதொரு தோற்றம்



சின்ன குழந்தையாக தான்... இன்னும் கல்யாணத்துக்குத் தயாராய் வளர்ந்திருந்த அக்கா ஹேமா... அம்மாவும் மனமின்றி தான் அவர்களைப் பிரிந்து போயிருக்க வேண்டும்!

அக்காவுக்கு தூரத்து உறவினர் பிள்ளை ஒருவனை நிச்சயித்தார் அப்பா. அந்தக் கல்யாணத்தின் போதுதான் முதன் முதலில் பரிச்சயம் ஏற்பட்டது பத்மா அத்தையுடன்!

அப்பாவை விட ஓரிரு வயதே மூத்தவளாக இருக்கலாம். அம்மா போன போது அவள் மேல் நாட்டில் இருந்தாள். திரும்பி வந்தவுடன் ஒரு நாள் அவசரமாக வந்து விட்டுப் போனாள்.

அதன்பின் ஹேமாவின் கல்யாணத்தின் போதுதான் சாவகாசமாக சந்திக்க முடிந்தது.

பட்டு போலமினு மினுப்பாய் இருந்தாள் அத்தை. சிரித்த முகமும் கண்களும், சாவதானமான போக்கும் நீலாவுக்கு ரொம்பப் பிடித்திருந்தது:

"ஹேமாவின் கல்யாணத்தை முடித்து விட்டேன் அக்கா... இப்போ பெரிய பிரச்சனை நீலாதான்..."

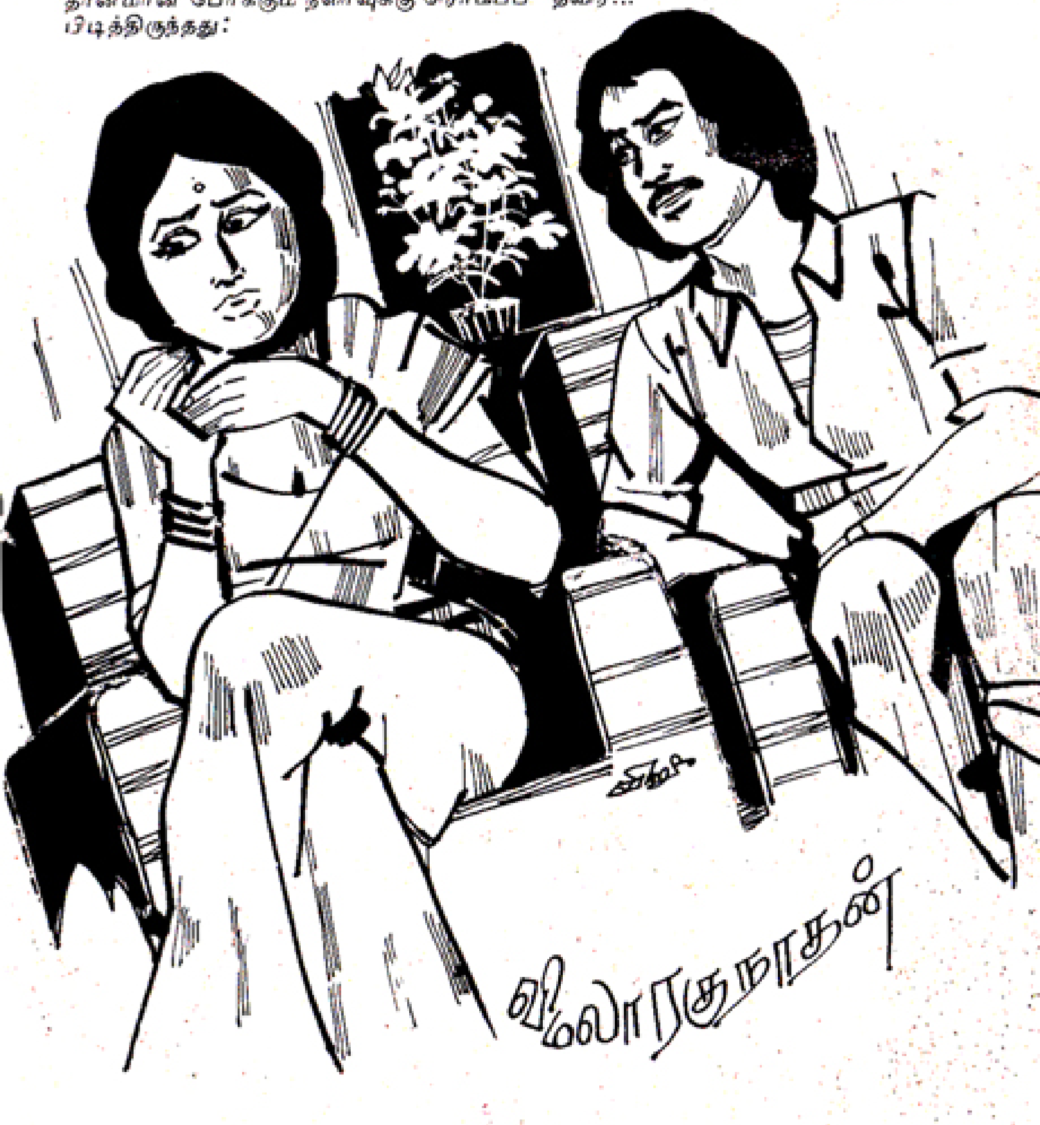
உக்ராண் அறையில் திரட்டுப் பாலை மோப்பம் பிடித்து வந்த நீலாவை கவனியாமல் அக்காவும் தம்பியும் பேசிக் கொண்டிருந்தனர்.

"உண்மைதான் ராமு... அம்மா இல்லாமல் பெண்ணை வளர்க்கும் கஷ்டம் எனக்கு நன்றாகப் புரியத்தான் செய்கிறது... ஒன்று செய்... இந்த வருடம் முடியட்டும்... அடுத்த வருடம் அவளை என்னுடன் அனுப்பி விடு...கடல்போலவீடு...என்னால்உனக்குச் செய்யக் கூடிய உதவி அதுதான்...!"

"அத்திம்பேர் ஒத்துக் கொள்வாரா..."

"தாராளமாக... ஊருக்கெல்லாம் உதவி செய்யும் அவருக்கு நம்ம வீட்டுக் குழந்தை கசக்குமா..."

யாருக்கும் கசக்கவில்லை... நீலாவைத் தவிர...



(2)

ஆறும் வகுப்பிலிருந்து அத்தை வீட்டு வாசம்... வாசனையான நினைவு அத்தையும் அத்திம்பேரும்தான்... இன்றுவரை...

குளித்து முடித்து கை நிறைய ரோஜா புஷ்பங்களுடன் அத்தை அறைக்கு வழக்கம் போல் வந்தாள் நீலா...

இது என்ன... யார் பூ வைத்திருப்பார்கள்... ரமாவாக இருக்குமோ! புதியதாக... கலை நயத்துடன், அழகாக சாய்வாக சொருகப்பட்ட பூங்கொத்து...

அவள் திகைப்பைக் கண்டு சிரித்தவாறே உள்ளே நுழைந்தாள் தாரா.

"என்ன அப்படி பாக்கறே! உன் 'ட்யூட்டி'யை நான் வாங்கிண்டுட்டேன் என்று... நன்றாக வைத்திருக்கிறேனா..."

நீலாவுக்கு சிரிப்பு வந்தது. சந்தோஷமாக இருந்தது. தாரா மன்னியிடம் அவளுக்கு புதியதாகப்பழகுவதுபோலவேஒருஉணர்வு இல்லை... அத்தையைப் போல... அத்தை இப்படித்தானே இருந்தாள்... புதிய வீட்டில் புதிய வாழ்க்கையைக் கண்டு சின்னஞ்சிறுமியாக மிரண்டு நின்ற போது. இன்னும் பல சந்தர்ப்பங்களில் அத்தை ஒரு உற்ற சினேகிதியாக இருந்தாள்... அந்த நோய் வந்திருக்காவிட்டால் அத்தையை இழந்திருப்போமோ... இன்று தாரா மன்னியைக் கண்டால் எத்தனை மகிழ்ச்சி அடைவாள்! அவளையேப் போல் இதமாக, நிறைவாக, அனுசரணையாக...

"ஏன் திடீர்னு கண்ணுல தண்ணி! உனக்கு நான் பூ வெச்சது பிடிக்கலையா... அப்போ நாளேலேந்து நீயே கொண்டு வா... எதுவாயிருந்தாலும் என்கிட்ட மனம் விட்டு சொல்லு..."

"அதெல்லாம் ஒண்ணுமில்ல மன்னி! நான் திடீர்னு அத்தையை நெனச்சுண்டேன் உங்களைப் பார்த்தா எத்தனை சந்தோஷப்படுவாள்னு தோணித்து... அவ்வளவு தான்!"

நீலா கையிலிருந்த பூக்களை ஜாடியில் வைத்தாள்.

ரொம்ப இயல்பாக, அதில் நடுவில் பெரிதாக இருந்த ஒரு பட்டு ரோஜாவை இலையுடன் சேர்த்து அவள் காதோரமாக கூந்தலில் பொருத்தினாள் தாரா.

"இப்ப எவ்வளவு அழகா இருக்கு பார், அழகுக்கு அழகு செஞ்ச மாதிரி... நீ ஏன் நன்றாகவே 'டிரஸ்' செஞ்சுக்கறதில்லை..."

நீண்ட நேரம் அந்தக் கேள்வி நீலாவின் உள்ளத்தில் எதிரொலித்துக் கொண்டே இருந்தது. அவளுக்கு வளைந்து கொடுத்தே பழக்கம் என்று அவள் மாத்திரம்தான் உணர்வாள். தன் மனதை அப்படிப் படம் பிடித்து காட்டிட அவளுக்குப் பழக்கமேயில்லை. அத்தையிடம் கூட...

சின்ன வயதில் அவளுக்கும் ரமாவுக்குமாக ஒரே மாதிரி உடைகள் வித்தியாசமின்றி வாங்குவாள் அத்தை. ஆனால் வித்தியாசம் ரமாவின் சின்ன மனதில் பலமாக வேரூன்றியிருந்தது.

அடமான அடம்... எத்தனை விதங்களில்.. அது நீலாவுக்கு புரிந்து தான் இருந்தது. அந்த 'உயர்வு மனப்பான்மையும் அலட்சியமும் அத்தைக்கு எத்தனை வருத்தத்தைக் கொடுத்திருக்க வேண்டும்! ரமேஷ் அவன் அப்பாவைப் போல் எப்பொழுதும் பெருந்தன்மையாக இருப்பான்... நாகரீகமாக... அதிகம் பேசாமல்... அறிவுடன் நடந்து... ஒரு நாள் கூட ரமேஷ் அவளுடன் சண்டை போட்ட நினைவு இல்லை!

தன் மனதில் ஏற்பட்ட தாழ்வு மனப்பான்மையை அத்தை அறியாமல் வைத்திருந்தாலும் தனிமையில் அவள் எத்தனையோ நாட்கள் அழுதிருக்கிறாள். ரமாவின் எடுத்தெறிந்தபேச்சும்செய்கையும் அவள் மனதை எத்தனையோ விதங்களில் புண்படுத்தியிருக்கின்றன. அவை இன்று வரை ஆறவேயில்லை...

"நீலா... அத்திம்பேரின் குரல். வேகமாகப் படியிறங்கி வந்தாள் நீலா.

"நாளை உன் பிறந்த நாள் அல்லவா! இந்த வருடம்..."

நீலாவுக்குப் புரிந்தது. போன வருடம் வரை, அத்தை குழந்தைகளின் பிறந்த நாட்களுக்கெல்லாம் அருகிலிருந்த பாலமந்திருக்குப் போய் இனிப்புகள் வழங்கச் செய்வாள். நீலாவை அவள் குழந்தையாக ஏற்றுக் கொண்டவுடன் அவள் பிறந்த நாளும் அப்படியே நடந்தது.

"நமக்கு இன்னிக்கு இருக்க இடம், உடுக்க உடை, சாப்பாடு என்று தெய்வம் கொடுத்திருக்கிறது. ஆனா நாளையப் பத்தி யாருக்குத் தெரியும்! இருக்கும் போதே கொடுப்போம்..."

அத்தை இருக்கும் வரைக் கொடுத்துக் கொண்டு தான் இருந்தாள்! எத்தனையோ விதங்களில்... எத்தனையோ பேருக்கு... அது அவள் ரத்தத்துடன் ஊறியிருக்க வேண்டும்! எப்படிப்பட்ட ஆத்மா...

தாரா தானே முன் வந்து ஒரு புதுப் புடவை 'ஸெலக்ட்' செய்தாள். நீலாவுக்காக... கத்தரிப்பூ கலரில் அகலம் அகலமாக பூப்போட்டு... அதே நிறத்தில் 'ப்ளவுஸ்' அவசரமாக தானே தைத்தாள்.

"இதெல்லாம் எதுக்கு மன்னி, இப்ப..."

"எதுக்கா! அத்தை செஞ்சா இப்படி கேப்பியா... அதே மாதிரி தானே நானும்.."

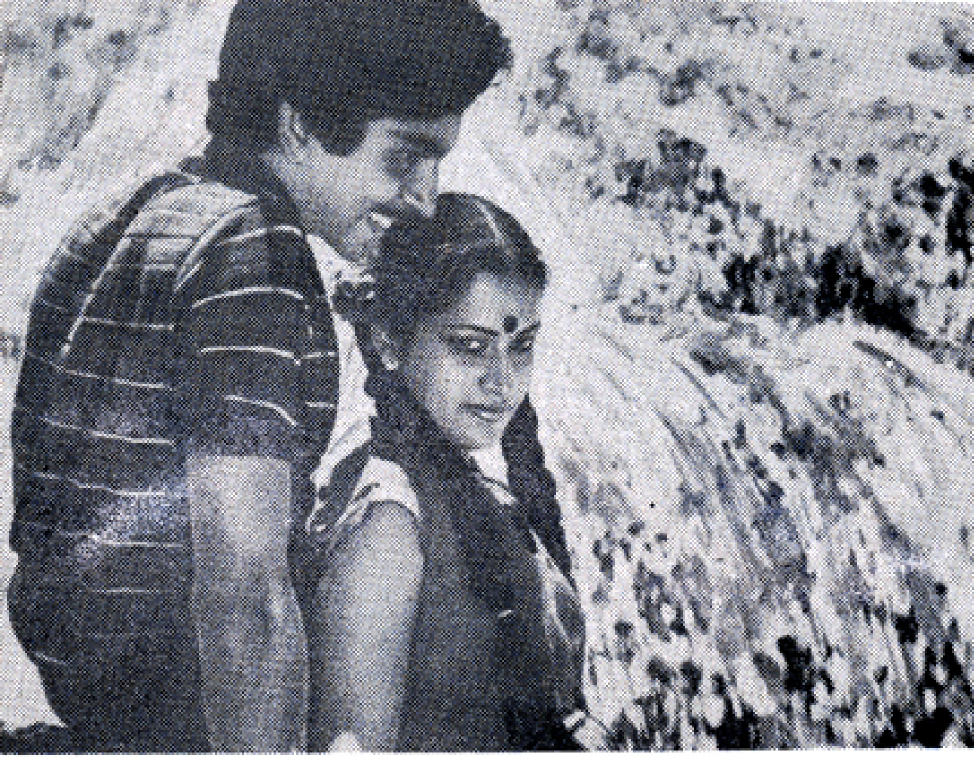
"அதுக்கில்லை மன்னி..." நீலா தயக்கத்துடன் தலை குனிந்தாள்.

மாதவிலக்கு சமயத்தில் பெண்களுக்கு ஏற்படும் கடுமையான வலியைக் குணப்படுத்த, சிறிதளவு பஞ்சு எடுத்து அதை ஆல்கஹாலில் நனைத்துக் காதில் வைத்துக் கொண்டால் மூன்று நிமிடத்திற்குள் வலி பஞ்சாகப் பறந்துவிடும் என்று சீன டாக்டர்கள் 'பாப்புலர் மெடிசின்' பத்திரிகையில் அறிவித்திருக்கிறார்கள்.

—எஸ். முகம்மது யூசுப்.



PROMOTION-IDI-7-85 TM

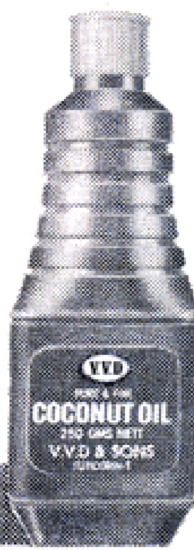


கற்பனை பல சிறகடிக்க
இளமை ஊஞ்சலாடும் அழகி.
அவள் நெஞ்சைக் கவர்ந்தவை பல.
மெல்லத் தவழ்ந்து செல்லும் நீரோடை.
செல்லமாக வீசும் தென்றல்.
உள்ளம் கவர்ந்த கட்டழகன்.
கொள்ளை அழகு மலர்கள்.
பளபளப்பான நீண்ட கூந்தல்.
அக்கூந்தலுக்கு
வி.வி.டி. தேங்காய் எண்ணெய்...

V.V.D

வி.வி.டி. தேங்காய் எண்ணெய்

இயற்கைக் கூந்தலின் இளமை ரகசியம்



V.V.D

EP-VVD-4/84

''எப்பவுமே தன்னைப் பற்றி தானே தாழ்வா நெனச்சுக்கக் கூடாது... அத்தையிடம் நீ நிறைய படிச்சதா கேள்விப்பட்டேனே! இதுதானே அடிப்படை...''

3

நீலா உள்ளூர நைந்து போன அந்த நாள் நினைவுக்கு வந்தது.

ஹேமா ஒருநாள் நீலாவைக் காணக் குழந்தையுடன் வந்திருந்தாள். அத்தை அப்பொழுதே கடைக்குப் போய் ஒரு ஆர்வத்தில் நீலா, ரமா, ஹேமா, அவள் குழந்தைக்கு என்று புத்தாடைகள் எடுத்து வந்திருந்தாள்.

நீலா யுவதிக்கே உரிய ஆர்வத்துடன் புதுப் புடவையில் பளிச்சென்று வந்து அத்தையை நமஸ்கரித்த போதுதான் ரமாவைக் கண்டாள். உடன் முன்பின் தெரியாத ஆடவன்!

அவன் பார்வை லேசாக அவள் மீது படிவதைக் கண்டபோது ரமாவின் கண்களில் முகத்தில், கருமையும், கடுமையும் படர்ந்தன.

நீலா சமாளித்துக் கொண்டு படியேறிச் சென்று விட்டாள்.

அன்று இரவு அத்தைக்குப் பால் எடுத்துக் கொண்டு செல்லும் போது ரமாவின் அறையில் அத்தை இருப்பதையும் தன் பெயர் அடிபடுவதையும் கேட்டு நின்றாள்.

''எல்லாம் நீ கொடுக்கும் இடம்தான் அம்மா! யாரார்ரை எங்க் வெக்கணுமோ அங்க வெக்கணும்... இதில தான் ரொம்ப அழகுன்னு கர்வம் வேற... நாளைக்கு என் வாழ்க்கையே 'ஸ்பாயில்' ஆகாதுங்கறது என்ன நிச்சயம்...''

மேற்கொண்டு அத்தை பேசியதைக் கேட்க அவளுக்கு அவகாசமில்லை... மனம் அவ்வளவு தூரம் துவண்டு போயிருந்தது.

இரண்டு நாட்கள் ஜுரம் வந்தவள் போல் அலண்டு கிடந்தாள். பிறகு தானகவே ஒரு ஆசுவாசம் தோன்றியது...

சிறு பிள்ளைத்தனமாகவோ, அத்தையின் ஆசைக்கென்றே அவ்வளவாக அலங்கரித்துக் கொள்வதில்லை... பகட்டான புடவைகளைக் கட்டுவதில்லை...

அத்தை அவள் மனத்தைப் புரிந்து கொண்டிருக்க வேண்டும்! அவள் சுபாவம் அப்படி! பள்ளிப் படிப்பு முடிந்து, பி.யு.சி. வரை படித்துவிட்டு, படிப்பை நீலா முடித்துக் கொண்ட போதும் அத்தை அவ்வளவாக வற்புறுத்தவில்லை. மாறாக, நிறைய புத்தகங்கள் வாங்கித் தந்தாள். பலவிதமான தலைப்புகளில்...

''எதைப் பற்றியும் பேசக் கொஞ்சமாவது அடிப்படை ஞானம் இருக்கணும்...'' அத்தை சொல்வது தன் நன்மைக்குத்தானே!

இன்று நீலா கூட்டுக்குள் அடைந்துகிடப்பது போல் தோன்றினாலும், அவள் உள்ளம் அழகாக விரிந்திருந்தது.

வாழ்ந்தால் அத்தையைப் போல் வாழ வேண்டும். செல்வத்தில் அல்ல...மனத்தில்.. அத்தை யாரிடமிருந்தும், எதையும் பெற்றுக் கொண்ட நினைவே இல்லை. ''கொடுக்கும் போது இருக்கும் சந்தோஷமும் திருப்தியும், வாங்கிக் கொள்ளும் போது இல்லை...''

ஒருமுறை எதற்கோ, தெரியாமல் ரமாவின் பேனாவை எடுத்துவிட்டு 'வாங்கிக் கட்டிக் கொண்டது' நினைவுக்கு வந்தது.

எப்படிப்பட்ட அன்னைக்கு எப்படிப் பட்ட மகள்?

தாரா மன்னி வந்தவுடன் ரமாவின் பேச்சில் லேசாக வித்யாசம் தெரிந்தது. பேச்சினால் ரொம்ப கொட்டி அளந்தவளுக்கு இன்று உண்மையில் வடிகால் குறைந்து விட்டது...எதற்குமே தாரா மன்னி இடம் கொடுப்பதாகத் தெரியவில்லை. நீலாவிடம் காட்டிய அதே அளவு பாசத்தையும் பரிவையும் ரமாவிடமும் காட்டினாலும், அதில் லேசாகக் கண்டிப்பு இருப்பது தெரிந்தது.

முன்போல் நினைத்த இடங்களுக்கு நினைத்த சமயங்களில் போக முடிவதில்லை... இடக்காகப் பேச முடிவதில்லை...தாராவின் கண்கள் தாய்மைப் பரிவைக் கொட்டினாலும், அந்த கம்பீரத்துக்கு முன்னால் அடிபணியாமல் இருக்க முடியவில்லை. அதுவும் இந்த நீலாவுக்கு, அம்மாவைப் போல மன்னியும் கொடுக்கும் இடம் அவ்வளவு திருப்தியாகத்தான் இல்லை...என்ன அதிர்ஷ்டம் அவளுக்கு...

4

தூரத்தில், ரொம்ப உயரத்தில் சின்ன பறவை, அதன்முன் கொஞ்சம் தெளிவாக ஒன்று, இரண்டு... இப்படி பல...பின்னணியில் மலை அழகாகப் படர்ந்திருந்தது. அந்தி வானத்தின் செம்மையை அழகாகத் தீட்டியிருந்தான் அந்த ஓவியன்.

''படம் அழகாக இல்லை! உனக்காகத்தான் மேல்நாட்டிலிருந்து வரவழைத்து 'பிரேம்' போடச்சொன்னேன். பிடித்திருக்கிறதா..''

நீலா கொஞ்சமாகத் தலையசைத்துச் சிரித்தாள்.

''ஆனா எப்பவுமே மன்னி எனக்கு இந்தியா சம்பந்தப்பட்டதுதான் ரொம்பப் பிடிக்கும்.'' அது அத்தை வளர்த்த விதம்... அத்திம்பேருடன் எத்தனையோ மேல்நாடுகளுக்கு உடன் சென்றாலும், இந்தியாவைப் போல எதுவுமே இல்லை என்று ஆணித்தரமாகச் சொல்லுவாள்.. உடன் லேசாக அந்தக் கால நினைவுகள் வந்து கண்கள் கலங்கும்... காந்திய வழியில் சுதந்திரம் அடைந்த நாட்களைப் பற்றி கதை கதையாகச் சொல்லும் போது புல்லரிக்கும்...''

முகப்பருவுக்கு எளிய மருந்து

உள்ளிப் பூண்டை நறுக்கிப் பருவின் மேல் தடவினால் புண் சீக்கிரம் ஆறும். பருவின் தீவிரம் அதிகமாக இருந்தால் ஒரு பல் பூண்டை நசுக்கி, ஒரு சொட்டுத் தேன் கலந்து பருவின் மேல் தடவலாம்.

—ஜெயா. வி. ராமன்.

"நீ நெனைக்கறது புரியறது. அது அந்தக் காலத்துக்குச் சரி... ஆனா அப்புறம் உலகம் ரொம்ப கிட்ட நெருங்கிடுத்து... அப்ப இருந்த மாதிரி அன்னியப் பொருட்களை பகிஷ்காரம் செஞ்சா நம்ம பொருளும் விலை போகாது... நாம முன்னேறணும்னா இன்னும் விரிவா நெனைக்கக் கத்துக்கணும்..."

'தாரா மன்னி சொல்வது கூட சரிதான்!'

அன்று ரமேஷுக்கு அலுவலகத்தில் பெரிய பதவி உயர்வு கிடைத்ததைக் குறித்து, வீட்டில் சிறிய பார்ட்டிக்கு ஏற்பாடு செய்திருந்தார் அத்திம்பேர். ரமா, நீலா, தாரா மூவருமாக ஒரே நிறத்தில் புடவை உடுத்திருந்தனர். தள்ளித் தள்ளி நின்ற நீலாவை வற்புறுத்தி அனைவரிடமும் பழகச் செய்தாள் தாரா. ரமாவின் எரிச்சலையும் ஆத்திரத்தையும் உள்ளூர அறிந்திருந்தாலும் காட்டிக் கொள்ளாமல் பார்ட்டியில் பங்கு பெறச் செய்தாள்.

அனைவருக்கும்பழரசம்தரும்பொறுப்பை நீலாவிடம் ஒப்படைத்து விட்டு ஏதோ வேலையாகச் சென்று திரும்பிய தாராவின் கண்களில் நீலா படவேயில்லை. ஐந்து நிமிடம் பொறுத்துவிட்டு, தானே முன் வந்து அந்த வேலையையும்முடித்துவிட்டு ரமாவைநெருங்கினாள். ரமாவின் முகத்தில் ஆத்திரம்மையமாக அப்பியிருந்தது.

ஏதோ நடந்திருக்கும் என்று உள்ளுணர்வு தெரிவித்தாலும் காட்டிக் கொள்ளாமல் இயல்பாக நடத்து கொண்டாள் தாரா. இரவு, வீடு அமைதியடைய பதினொன்று ஆகிவிட்டது.

நீலாவின் அறையைத் திறந்தாள் தாரா. புதுப்புடவையைக் களைந்துவிட்டு மெல்லிய வாயில் புடவையில் தலையணை கூட இல்லாமல் படுத்துக்கிடந்தாள் நீலா. உறக்கத்தில் லேசாக நெஞ்சு விம்மித் தணிந்தது. முகத்தில் இருந்த வீக்கம் அவள் அழுதிருப்பதை உணர்த்தியது. பச்சாதாபம் மனத்தில் பொங்க ஒரு நிமிடம் அப்படியே நின்றாள் அவள். பின் மெதுவாக அவள் தலையை உயர்த்தித் தலையணையைப் பொருத்திவிட்டு நடந்து வெளியே வந்தபோது, ரமா ஒருவித அலட்சியத்துடன் அவள் அறைக்குள் நுழைவது தெரிந்தது.

அடுத்தநாள், தாராவுக்கு முன்பே எழுந்திருந்து காலை வேலைகளில் ஈடுபட்டாலும், முகத்தில் அவ்வளவு தெளிவில்லை நீலாவுக்கு... அதை தாராவிடமிருந்து மறைக்க மிகவும் பிரயாசைப்பட நேர்ந்தது. ரமாவின் குணம் பழக்கமாகியிருந்தாலும், முதல் நாள் இரவு அவள் அப்பட்டமாக, அலட்சியமாகத் தன்னை எள்ளி நகையாடியது ஏற்கெனவே புண்பட்டிருந்த மனத்தை உடைத்தெறிந்து விட்டது.

சர்பத்தைக் கலக்க முற்பட்ட போது ரமா அனைவருக்கும் இனிப்பு எடுத்துக் கொண்டிருந்தாள். போதாத வேளையில் நீலா சற்று சாய்ந்து நடந்துவிட இனிப்புகள் சிதறின...

"அவரவர் ஏற்ற வேலையைக் கவனித்துக் கொண்டால் நன்றாக இருக்கும்... உசந்த இடத்தில வளர்ந்துட்டா மாத்திரம் போதுமா..."

ரமாவின் இந்த வார்த்தைகள் அவளை நாணமுறச் செய்தன. யார் யார் கவனித்திருப்பார்களோ என்ற அச்சமும் சேர்ந்துவிட தன் அறைக்கு வேகமாக வந்ததுதான் தெரியும்.

சொற்கள் உணர்ச்சிகளை எப்படிக்காட்டுகின்றன... வாட்டவும் செய்யும், தாலாட்டவும் செய்யும்... மருந்தாகவும் அமையும், விஷமாகவும் மாறும் ரமாவைப் போல...

அன்று சாப்பாடு முடிந்த கையுடன் நீலா தன் அறைக்குள் நுழையப் போன போது தடுத்தாள் தாரா.

"நீலா! இன்னு காலை சொன்னியே புதுசா ஒரு ஸ்லோகம்... என்ன அது... பூராத் தெரியுமா...?"

"உம்... உங்களுக்குப் பிடித்திருக்கிறதா...? அத்தைக்கும் ரொம்பப் பிடிக்கும்... தினமும் இருவரும் சேர்ந்து சொல்லுவோம்..."

"வா... நான் இப்போ அதற்கு ட்யூன் போடுகிறேன்.... பாடு... சரியாக வருகிறதா என்று பார்க்கலாம்..."

நீலா புரியாமல் திகைத்தாள்.

"என்ன அப்படிப் பார்க்கறே! எப்பவும் ரூமுக்குள்ளேயே இருந்துண்டு ஏதோ நெனச்சுண்டு... ரமாவும் காலேஜ் போறா... எனக்கும் ரொம்ப போர் அடிக்கறது... இப்போ என் ரூமுக்கு வா சொல்றேன்..."

நீலா தயக்கத்துடன் அவள் அறையை அடைந்தாள். அவள் இதுவரை அந்த அறைக்குள் நுழைந்ததில்லை. சந்தர்ப்பமும் ஏற்படுத்திக் கொள்ளவில்லை...

"இப்ப சொல்லு அந்த ஸ்லோகத்தை..."

நீலா மெதுவாகச் சொல்ல, தாரா தனக்குள் முனகியபடி ராகத்தை விரைவிலேயே அமைத்துவிட்டாள். சில நிமிடங்களிலேயே இருவருமாக அதை மெதுவாகப் பாடிப் பார்த்தனர்.

"பாடினா மனசு எவ்வளவு மெலிசாறது பார்த்தியா... இசைக்கு அவ்வளவு சக்தி உண்டு... இப்ப நீ மாத்திரம் அதைத் தாளத்தோடு பாடு..."

நீலா உற்சாகத்தோடு கணீரென்று பாடினாள்.

"அதரம் மதுரம் வதனம் மதுரம்
நயனம் மதுரம் ஹஸிதம் மதுரம்
ஹ்ருதயம் மதுரம் கமனம் மதுரம்
மதுரா திபதே அகிலம் மதுரம்...
கீதம் மதுரம்..."

தன்னை மறந்து பாடி முடித்தபின் நினைவு வந்தவளாக தாரா மன்னியைப் பார்த்து

அஜீரணத்திற்கு

சாப்பிட்ட உணவு ஜீரணமாகாமல் நெஞ்சு கரித்துக் கொண்டு வந்தால், சிறிது எலுமிச்சம்பழத் தோலைக் கடித்துச் சாப்பிட்டால் நல்ல குணம் தெரியும்.

—ஜெயா. வி. ராமன்.

சிரித்த போது, அவன் செய்கையைக் கண்டு திடுக்கிட்டாள்.

''இது என்ன மன்னி ...?''

''ஒண்ணும் இல்ல... டேப் எடுத்தேன் ... அமெரிக்காவில் எனக்கு தெரிஞ்சவர் உண்டு... என்னை மாதிரி ஒரு பாட்டு பைத்தியம்... இப்போ 'பர்த்டே பிரஸண்ட்'டாக இதை அனுப்பப் போறேன் ...''

அடுத்த நாள் மதியம், ''இதைப் பார்த்தியா ... புது காமிரா ... நேத்து அண்ணா எனக்காக வாங்கிண்டு வந்தார் ...'' என நீட்டினாள் தாரா.

நீலா குழந்தை போல தொட்டுத் தொட்டு பார்த்தாள்.

''அத்தையின் பீரோவில் கூட ஒன்று இருந்ததே மன்னி ...''

''இது வேற 'மாடல்'... ரொம்ப பவர்ஃபுல்...'' நீலாவைக் கண்டு சிரித்தவாறே... ''இப்படி நில்லு...'' என்ற தாரா நீலா என்ன, ஏது என்று புரிந்து கொள்வதற்குள் மடமடவென்று, நாலைந்து பின்னணியில் படம் எடுத்துவிட்டுப் புன்னகைத்தாள்.

''எப்பவோ எடுத்தது அப்பாவின் காமிராவில்... இன்று சாயங்காலமே போட்டோ கைக்கு வந்துவிடும்... உனக்கு இஷ்டமானா நானே போட்டோ எடுக்க கத்து தறேன் ...''

ரமாவுக்கும் ஒரு காமிரா வாங்கிக்கொடுத்திருந்தான் ரமேஷ்.

நீலாவுக்கு ஒன்றும் வாங்கவில்லை. அது ரமாவுக்கு உள்ளூர ஒரு திருப்தியைத் தந்தது. ஆனால் நீலாவுக்கு அது பெரிதாகத் தோன்றவில்லை. மாலையில், தாரா அந்தப் புகைப் படங்களை நீட்டிய போது வெட்கமாயும் இருந்தது.

''கண்ணு மாத்திரம் படம் பூராவும் இருக்கு மன்னி ...'' நீலா நாணத்துடன் கூறினாள்.

தாரா தன் மனத்திற்குள் ஏதோ நினைத்துச் சிரித்தவளாய் புகைப்படங்களை கவரில் போட்டு வைத்தாள்.

6

அன்று வெள்ளிக்கிழமை. முற்றத்தில் முல்லைப்பூ வெண் முத்துக்களாய் இறைந்திருந்தது. தேன் சிட்டுக்கள் சின்ன அலகில் தேன் பருகுவது கண்கொள்ளாக் காட்சி... அதில் லயித்திருந்த நீலாவை, மன்னியின் குரல் உணரச் செய்தது.

தண்ணீரில் கோலம் போடுபவர்கள் கவனத்துக்கு:

''எக்ஸ்பயரி'' தேதி ஆன அனாசின் போன்ற மற்றும் வெண்மை மாத்திரைகளை நன்கு பொடி செய்து, வைத்துக் கொள்ளுங்கள். பிரஞ்ச் சாக்குக்குப் பதிலாக உபயோகப்படுத்தலாம். இந்த பவுடர் நீரில் கரைவதில்லை. அனுபவத்தில் இந்தப் பவுடர் தண்ணீரில் கரையாமல் நின்றது.

—''சித்ரா.''

''நீலா ... இந்தப் புடவை நன்றாக இருக்கிறதா பார் ...''

''புடவை நன்னா இருக்கு மன்னி ... ஆனா இப்ப எதுக்கு திடீர்னு ...''

''பிறகு சொல்றேன் ... இப்ப இதைக் கட்டிக்கோ ...''

''ரமாவுக்கு வாங்கலையா பாவம்...''

''நீ இப்படி கேக்கறது உன் நல்ல மனசைக் காமிக்கறது ... ரமாவுக்கு இப்ப வாங்கல ... நீ இதைக் கட்டிக்கோ முதலில்... இந்த மல்லியைத் தொடுத்து வச்சிருக்கேன் உனக்கு... திரும்பு ...''

தாரா அவள் கூந்தலில் பூவைச் சூட்டி விட்டுத் திரும்பினாள்.

''சீக்கிரம் ரெடி செஞ்சுக்கோ ...''

தாரா அறையை விட்டு வெளியேறியதும் ஒன்றும் புரியாத நிலையிலேயே அந்தப் புதிய சேலையைக் கட்டிக் கொண்டாள். கண்ணாடி முன் நின்று பொட்டைத் திருத்தமாக வைத்துக் கொள்ளும்போது தாரா அழைக்கும் குரல் கேட்டு அவசரமாகப் படிக்கட்டின் அருகில் நின்றாள் நீலா.

கீழே சோபாவில் தாரா அமர்ந்திருக்க, அருகில் முன்னே பின்னே இதுவரைக் கண்டறியாத யுவன் ...

'யாரது ...?

மனத்தில் படபடப்பு தோன்ற, நீலா தன் அறைக்குள் புகுந்து கொண்டாள்.

''ஏன் அப்படி ஓடி வந்தே ...?''

நீலா பதில் சொல்லவில்லை.

''எப்பவோ அத்தை சொல்லிவிட்டுப் போன வார்த்தையை மதிக்கறே. ஆனா ஊனும் உசிருமா கல்லு மாதிரி இருக்கற நான் எத்தனை சொன்னாலும் கேட்க மாட்டேங்கறே... ஊம்...''

நீலாவின் படபடப்பு இன்னும் அடங்கவில்லை. மன்னியின் செய்கை புதிராகவும் இருந்தது.

''கீழே வந்திருப்பது என் ஒரே தம்பி அருண். அமெரிக்காவிலேந்து நேத்துதான் வந்தான். ஏன் இப்படி பயப்படறே... இப்படி பயந்தா அமெரிக்காவுக்கு எப்படிப் போறது ...?''

நீலாவுக்குக் கண் ஓரங்கள் நனைந்தன. ஒன்றும் புரியாத குழப்பத்தில், பயத்தில் ஆழ்ந்தது மனம்.

''உன் அத்திம்பேரும் அண்ணாவும் இந்தப் பொறுப்பை எங்கிட்ட ஒப்படைச்சுட்டா .. நான் கிடந்து தவிக்கறேன் ...'' என்று கோரக்கையாகச் சலித்துக் கொண்டே அவள் கண்களைத் துடைத்தாள் தாரா. ''இந்த வீட்டுக்கு வந்த அன்றே நான் போட்ட திட்டம் இது — இந்தக் கடிதத்தைப் படித்துப் பார்..''

நீலா கடிதத்தைப் பிரித்தாள்.

அத்தை ஆபரேஷன் முடிந்து வீட்டுக்கு வந்தவுடன் எழுதிய கடிதமாக இருக்கவேண்டும்.

'அன்புள்ள ரமேஷ்...

இந்தச்சிகிச்சைக்குப்பிறகு மனசு ரொம்ப தெம்பாக இருப்பது போல இருந்தாலும்,

உடல் பலவீனப்பட்டு விட்டது. உங்களுக்கெல்லாம் கல்யாணம் கார்த்திகை செய்து கண்ணாரப் பார்க்கும் பாக்கியம் உண்டா என்று தெரியவில்லை. அது இந்த நோய் கொடுக்கும் பலவீனம். நீங்கள் எல்லாம் பிழைத்துக் கொள்வீர்கள். உனக்கும் ரமாவுக்கும் அந்த சாமர்த்தியம் இருக்கிறது. என் கவலை நீலாவைப் பற்றியது. வெகுளிப் பெண். என் காலத்திற்குப் பிறகு அவள் நிராதரவாக, நிலைகுலைந்து போய் விடக் கூடாது. உன் திருமணமும் அவள் மனத்துக்கு, உறவுக்கு ஒரு பாலமாக இருக்கவேண்டும். அவள் கண் கலங்காது வாழக் கூடிய இடமாகப் பார்த்துக் கொடு. கோலாகலமான வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடு.

அவள் தந்தை காலமான பிறகு வந்த பணத்துடன் இன்னும் ஓரளவு பணம் அவள் பெயரில் பாங்கில் போட்டு வைத்திருக்கிறேன். அப்பாவிடமும் எல்லாம் சொல்லியிருக்கிறேன். இதை நீ என் ஆத்ம திருப்திக்காக, கடமையாக பாவித்துச் செய்ய வேண்டும். ஆசீர்வாதங்களுடன்,

அம்மா!..''

நீலாவுக்குக் கண்ணீரை வரவழைத்தது இந்தக் கடிதம். இதற்குப் பிறகு நடந்த அத்தையின் அமைதியான சாவும், சில மாதங்களிலேயே நடந்த தாரா — ரமேஷின் திருமணமும் நிழற்படங்களாகத் தெரிந்தன.

''தினமும் உன் மதுராஷ்டகத்தை காலை மாலை கேட்பதாகச் சொல்கிறான். உன் போட்டோவும் அவனுக்குப் பிடித்து விட்டது. திருமண தேதி நிச்சயம் செய்ய அத்திம்பேரும் அவரும் இன்று மாலை என் வீட்டுக்குப் போவார்கள் ... சந்தோஷம்தானே ... ஒன்றுமே பேசமாட்டேன் என்கிறாய் ...''

நீலா அத்தையின் போட்டோவை கண் இமைக்காது பார்த்தாள். அந்த உருவம் விச்வரூபமெடுத்து ஆசீர்வதிப்பது போல் தோன்றியது. கண்ணில் தெரிந்த அந்தத் தோற்றத்தை நீர் மறைத்தது. அதன் ஊடே ஒரு நிமிடமே பார்த்தாலும் நெஞ்சில் ஒரு நூதன அதிர்வைக் கொடுத்த அருணின் சிரித்த முகமும் மசமசவென்று தெரிந்தது.

விளாம்பழ ரசம்:

சாதாரண பருப்பு ரசமோ, அரைத்துவிட்ட ரசமோ, அதில் விளாம்பழத்தின் உள் பாகத்தை எடுத்து ஓடு எறியாமல் அதில் போட்டு ரசம் வைத்தால் வாய்க்கு ருசி, மணம், பித்தத்துக்கு நல்லது.

பொன்னாங்கண்ணி ரசம்:

நன்றாக ஆய்ந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி புளி ஜலத்தில் போட்டுக் கொதிக்க வைத்து வெந்த பிறகு பருப்பைக் கொட்டி ரசம் செய்யவும். இரும்பு சத்து புத்திக்கும் நல்லது. வயிற்றுப் புண்ணுக்கும் நல்லது.

குழந்தை உணவு

குழந்தைக்குப் புதியதாக வேறு உணவு ஊட்டத் துவங்கப் போகிறீர்களா? உங்களுக்கு 10 ஆலோசனைகளை வழங்குகிறது 'ஹெல்த்'.

1. முதலில் ஒரே ஒரு புது உணவினை ஆரம்பியுங்கள். குழந்தை, அந்த உணவின் சுவைக்குப் பழகிக் கொள்ளட்டும்.

2. மிகக் குறைந்த அளவே முதலில் தர வேண்டும். உதாரணமாக 1 டீஸ்பூன் அல்லது 2 டீஸ்பூன்.

3. திட உணவினைக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கு முன்பு, உணவினைக் கெட்டியாகப் பிசைந்தால்தான் அந்த உணவினை உண்ணக் குழந்தைக்குத் தெரியும். உண்மையில் தரப்படும் திட உணவினைக் குழந்தை துப்புவதற்கு முக்கியக் காரணம் அதற்கு அந்த உணவு பிடிக்கவில்லை என்பதைவிட, நாக்கை உபயோகித்து, உணவினை உண்ண முடியாததும் ஒரு காரணம்.

4. குழந்தையை எப்போதும் அதிகம் சாப்பிடும்படி வற்புறுத்தக் கூடாது. அது ஆவலுடன் உண்ணும் அளவே போதுமானது.

5. உணவினில் குறிப்பிட்ட அளவு உப்பு சேர்க்கப்பட வேண்டும்.

6. அடிக்கடி குறிப்பிட்ட உணவினைக் குழந்தை ஒதுக்குவதாகத் தெரிந்தால், கட்டாயப்படுத்தாமல் சிறிது காலம் விட்டுவிட வேண்டும்.

7. முதலில் ஜூஸ் போன்ற எளிதில் ஜீரணமாகும் புதிய உணவினை அறிமுகப் படுத்த வேண்டும்.

8. குழந்தைகள் சில உணவினைத் தனியாக உண்பதைவிட, மற்ற பொருள்களுடன் சேர்த்து உண்ண விரும்பும். உதாரணமாக முட்டையைப் பருப்புடனோ, காய்கறியுடனோ தரலாம்.

9. குழந்தைகளுக்கு விதவித மாற்றிய உணவு வகைகள் அவசியம். பெரியவர்களைப் போலவே குறிப்பிட்ட உணவு வகைகளையே மாற்றி, மாற்றிச் சாப்பிட்டால் குழந்தைகளுக்கு அலுப்பு ஏற்படும்.

10. குழந்தைக்கு உணவு ஊட்டும் தாய்மார்களோ, அல்லது பெரியவர்களோ சிறிதும் தங்கள் முகச் சுளிப்பைக் காட்டக் கூடாது.

—லட்சுமி நடராஜன்



பாத்திரங்கள் பளபளக்க

டிப்று
கிளீனிங் பவுடர்

துணிகளின்
தூய வெண்மைக்கு

டிப்று
வாஷிங் பவுடர்

தரமான பவுடர்களை தயாரித்து அளிப்பவர்கள்



M/s. ASWINI CHEMICALS
Factory : 13-A, East Street,
Office : 88, East Street, SALEM-636 007
Phone : 68139

தமிழகமெங்கும் எல்லாக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்

பேனால் தலைமுடி உதிரும்

நறுமணம் கமழும் கென்ஸ் தைலத்தை உபயோகித்து ஈறையும், பேனையும் அறவே ஒழியுங்கள். தலை முடியை பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள்.



கென்ஸ்
'சிறந்த பேன் நாசினி'

ஈறுகளையும் கொல்லும் பென்சோகெயின் கலந்தது.



தீங்கற்றது.

PHARM PRODUCTS

பார்ம் ப்ராடக்ட்ஸ்
தஞ்சாவூர்-613 007 தமிழ்நாடு

விற்பனை விவரங்களுக்கு எழுதவும்.

Chhaya/PP/415





எங்கள் இந்தியா சிமெண்ட்ஸ் மகளிர் மன்றம் 200க்கும் மேற்பட்ட அங்கத்தினர்களைக் கொண்டு சுமார் 15 வருடங்களாக அங்கீகாரம் பெற்ற ஓர் மன்றமாக செயல்பட்டு வருகிறது. இதே ஆலையில் பணிபுரிவோரின் குடும்பத்தில் உள்ள பெண்கள் இதில் அங்கத்தினர்கள் ஆவதற்குத் தகுதி பெற்றவர்கள். ஒவ்வொருவரும் தாங்கள் செலுத்தும் சந்தாவைப் போன்று இரு மடங்குத் தொகையை எங்கள் நிர்வாகத்தினர் இம்மன்றத்திற்கு அளித்து, இதன் வளர்ச்சிக்குப் பெரிதும் உதவுகிறார்கள். ஆலைப் பொது மேலாளரின் துணைவி திருமதி ராஜலக்ஷ்மி லோகநாதன் சங்கத் தலைவியாகவும், திருமதி கோகிலா குமாரஸ்வாமி செயலாளராகவும் பொறுப்பேற்றுள்ளார்கள்.

இம் மன்றத்தினரால் ஒரு தையல் யூனிட், ஐந்து வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகள் கல்வி பயிலும் பாலர் பள்ளி, டைப்ரைட்டிங் வகுப்பு முதலியன மிகச் சீரிய முறையில் நடத்தப்பட்டு வருகிறது. குறிப்பிடப்பட்ட தையல் யூனிட்டில் சுமார் 30 பெண்கள் அங்கத்தினர்களாக இருந்து, எங்கள் தொழிலாளர்களுக்கு வேண்டிய சீருடைகளைத் தயாரிக்கின்றனர். இது தவிர, அருகிலுள்ள ஆலைகளுக்காகவும் பணி செய்கிறார்கள். இது இவர்களுக்கு முழு நேர வேலை அளித்து நல்ல ஊதியத்தையும் தருகின்றது. மேலும் இது மத்திய மாநில சமூக நல வாரியத்தினால் ஆதரிக்கப்பட்டு அவர்கள் உதவித் தொகையுடன் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது.

மகளிரை ஊக்குவிக்கும் வகையில் பல தரப்பட்ட விளையாட்டுக்களையும், மிகவும் குறைந்த செலவில், நிறைந்த பயனுடன் இங்கு அறிந்து கொள்ள வாய்ப்பிருக்கிறது. டேபிள் டென்னிஸ், பேட்மின்ட்டன், ரிங் டென்னிஸ், கேரம் போன்ற விளையாட்டுக்களில் மகளிர் பலரும் இங்கு தேர்ச்சி பெற்றுள்ளனர். இம் மகளிர் மன்றம் ஆண்டு தோறும் சேலம் மாவட்ட டேபிள் டென்னிஸ் சங்கத்தினர்கள் நடத்தும் போட்டிகள் பலவற்றுள் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்து, அதில் முக்கியப் பொறுப்பும், செலவும் ஏற்று முன்நின்று நடத்தி வருகிறது. இம் மன்றத்தில் மகளிரின் பொழுது போக்கு அம்சமாகிய படிப்புக்கு உதவும் வகையில் ஒரு நூலகமும் இயங்கி வருகிறது. எங்கள் நிர்வாகத்தினர் இந்த நூலகத்தின் வளர்ச்சிக்காக ஓர் பெருந்தொகையை அளித்து வருவது குறிப்பிட வேண்டிய ஓர் நற்செய்தியாகும். ஆண்டு தோறும் நாங்கள் மேற்கொள்ளும் சுற்றுலாப் பயணத்திற்கும் நிர்வாகத்தினர் பெரிதும் உதவுகிறார்கள். எங்களது ஆண்டு விழா சமயத்திலும் எங்கள் நிர்வாகம் இதே போன்று எங்களுக்குப் பல வகையில் உதவி செய்து, விழாவினை மிகச் சிறப்பாகக் கொண்டாட வழிகோலுகிறது.

செவிக்கு மட்டும் விருந்து போதாது வயிற்றுக்கும் வேண்டும் என்பதற்கிணங்க பல சிறப்பு விருந்துகளும் இங்கு அடிக்கடி இடம்பெறும் எங்கள் குடியிருப்பில் வசிக்கும் பல பெண்கள் ஓய்வு நேரத்தை வீணாக்காமல் பல வகையான கைத் தொழில்களில் ஈடுபட்டு சிறந்த கலைப் பொருட்களை உருவாக்கி வருகிறார்கள். சில பெண்கள் மிக நாகரீக வகையில் தாங்கள் தயாரித்த ஆடைகள், கலைப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை அருகில் உள்ள நகர்ப் பகுதிகளில் விற்பனைக்கு அனுப்புகின்றனர். அவர்கள் தயாரிப்புக்கு மக்களிடையே நல்ல வரவேற்புள்ளது. அத்தகையோரை ஊக்குவிக்கும் வகையில் எங்கள் மன்றத்தில் மார்ச் மாதம் 16, 17 தேதிகளில் ஓர் கண்காட்சி நடத்தப்பட்டது.

— கோகிலா குமாரசுவாமி.

இந்தியா சிமெண்ட்ஸ் மகளிர் மன்றம்

ஜூன் மாத எரிவாயுப் போட்டி:

மார்ச் '85 மங்கையர் மலர் எரிவாயுப் போட்டியில் விவரங்களை விரிவாகத் தந்துள்ளோம். கடந்த சில மாதங்களாக நடந்து வரும் இப்போட்டியில் பங்கேற்கும் புதிய வாசகர்களுக்காகச் சுருக்கமாக—

அகில இந்திய எரிவாயு விநியோகிப்பாளர் சங்கமும், அகில இந்திய எரிவாயு பயன்படுத்துவோர் சங்கமும் இணைந்து மங்கையர்மலர் மூலம் இப்போட்டியை நடத்துகிறது.

ஒவ்வொரு மாதமும் ரூ. 1000/—க்கும் மேற்பட்ட மதிப்புள்ள பரிசுகளை வழங்கி வருகிறார்கள். பரிசுகளை வழங்குபவர்கள்:

எரிவாயுப் போட்டி

Superflame

Padmini

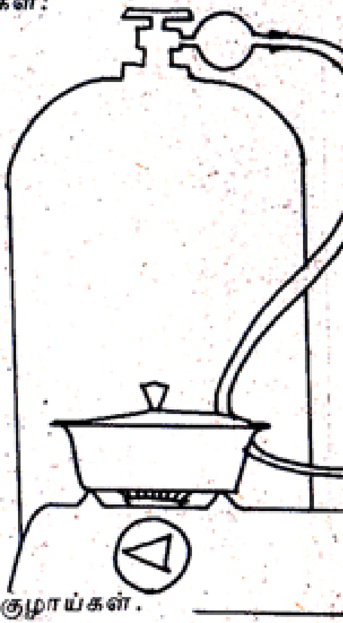
Laxmi DELUXE GAS STOVE

"BASANT" BRAND LPG TUBING

NUTAN BALAJI – BALAJI LPG STOVES

NIKY/TASHA

Sunflame



முதல் பரிசு: இரண்டு பர்னர் ஸ்டவ்.
இரண்டாம் பரிசு: ஒரு பர்னர் ஸ்டவ்.
மூன்றும் பரிசு: இருபது இணைப்பு ரப்பர் குழாய்கள்.

ஜூன் மாதப் போட்டிக்கான கேள்விகள்:

1. எரிவாயு ஸ்டவ்வில் எரியும் போது எந்த நிறம் இருந்தால் சரியாக எரிகிறது என்று அர்த்தம்?
2. எந்த நிறங்களில் எரியக் கூடாது?
3. ஸ்டவ் எரியும் போது பாத்திரங்களில் கரி படிவதற்கு என்ன காரணம்?
4. கரி படியாமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?
5. பயன்படுத்தப்படாத புதிய எரிவாயு சிலிண்டரின் எடை என்ன?
6. எடைக் கருவியால் சிலிண்டரை அளக்கும் போது சரியான அளவு கிடைக்கிறதா?
7. சிலிண்டரை சரியாக அளக்கும் கருவி இருக்கிறதா? இருந்தால் அதன் பெயர் என்ன?
8. அகில இந்திய எரிவாயு விநியோகிப்பாளர் சங்கத்தின் தென்னகப் பகுதியின் தலைவர் யார்?
9. சிலிண்டரும் ஸ்டவ்வும் எந்த இடத்தில், எந்த முறையில் அமைப்பது நல்லது?

10. இணைப்பு ரப்பர் குழாயையும் சுத்தப்படுத்துதல் அவசியம் என்கிறார்கள். ஏன்?

1. பதில்கள் ஓரிரு வரிகளில் இருக்க வேண்டும்.

2. இணைக்கப்பட்டுள்ள கூப்பன்களுடன் வரும் விடைகளே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

3. ஆசிரியர் தீர்ப்பே முடிவானது.

எரிவாயுப் போட்டி — 3

மே மாத கேள்விகளுக்கான பதில்கள்:

1. பம்பாய், 3. மின்சாரம், திறந்த நெருப்புகள் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். 5. குளிர்ந்த நீரை ஊற்ற வேண்டும். 6. இங்க், தோசை மாவு போன்றவற்றைப் போடக் கூடாது. 7. கே. டி. மாளவியா. 8. பயன்படுத்தலாம். 10. இரவில் சிலிண்டரின் ரெகுலேட்டரை மூடிவிட வேண்டும். காலையில் எரிவாயுக் கசிவு இருக்கிறதா என முகர்ந்து பார்த்துவிட்டுப் பிறகு மின் விளக்கைப் போட வேண்டும்.

2, 4, 9 முதலிய கேள்விகளுக்கு ஏராளமான யோசனைகளை வாசகர்கள் எழுதியுள்ளனர். தகுந்தவற்றை எடுத்துக் கொண்டுள்ளோம்.

-: பரிசு பெற்றவர்கள் :-

முதல் பரிசான இரண்டு பர்னர் ஸ்டவ் பரிசு பெறுபவர்:

திருமதி. ஆர். சுப்ரியா,
14—டி, சில்வா ரோடு,
ஏ—2, கணேஷ் அபார்ட்மெண்ட்ஸ்,
சென்னை—4.

இரண்டாவது பரிசான ஒரு பர்னர் ஸ்டவ் பரிசு பெறுபவர்:

குமாரி. ஜே. சி. பத்மினி,
167—பி, ஜி. எஸ். டி. ரோடு,
திருநகர்,
மதுரை—625 006.

இருபது ரப்பர் குழாய் இணைப்புகளைப் பெறுபவர்கள்:

1. ஆர். ஸ்வர்ணலதா, சேலம்—1.
2. ஆர். சந்திரா, பம்பாய்—77.
3. மங்களா, பெங்களூர்—28.
4. லலிதா ராமஸ்வாமி, கோவை—2.
5. மைதிலி கிருஷ்ணன், சென்னை—83.
6. என். சுமதி, சென்னை—40.
7. அன்னம்மாள் ராஜாமணி, சென்னை—71.
8. லலிதா சங்கர், பம்பாய்—89.
9. எஸ். பங்கஜம், திருவனந்தபுரம்—23.
10. எல். ஆர். பிரேமா, மைசூர்—11.

11. சுதா ராமசுப்ரமணியன், நெல்லூர்.
12. மைதிலி சுவாமிநாதன், கல்கத்தா—25.
13. ஏ. ரம்யா, மேட்டூர் அணை—2.
14. கீதா, கோவில்பட்டி.
15. விஜயா சுந்தரம், பம்பாய்—71.
16. நெ. ராஜம், நாகர்கோவில்.
17. டி. சுகந்தி, நெய்வேலி—2.
18. சந்திரா மூர்த்தி, போர்பந்தர்.
19. முத்துலட்சுமி ராமச்சந்திரன், சென்னை—4.
20. வைதேகி ஸ்ரீநிவாஸன், பூனா.

கூப்பன் அனுப்ப கடைசி தேதி: 15-6-85

எரிவாயு கூப்பன்

இத்துடன் ஜூன் மாத எரிவாயுப் போட்டிக்கான விடைகளை இணைத்துள்ளேன். என்னுடைய முகவரி:

. . . .

. . . .

. . . .

. . . .

கையொப்பம்.

. . . .

ஆசிரியர், மங்கையர்மலர், கிண்டி, சென்னை—32.

கடைசிவரை ஒரு போராட்டம்



புற்று நோய்—

நினைத்தாலே நடுங்க வைப்பது. பூரண குணம் அடையச் செய்ய மருந்து கண்டு பிடிக்காத பயங்கரமான வியாதி. புற்று நோய் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் வலியால் துடித்து, வாழ்வின் நாட்களை வேதனையுடன் எண்ணிக் கொண்டிருப்பார்கள்.

அப்படிப்பட்ட கொடிய நோயை உடலில் தாங்கியிருந்தாலும், படுத்த வண்ணம் வியாதியின் கொடுமையை அனுபவிக்காமல் தீரத்துடன் அதனுடன் போராடிய பெண்மணி விஜயலக்ஷ்மி.

துள்ளித் திரிந்து கல்லூரி மாணவியாக பத்தொன்பது வயதில் படித்துக் கொண்டிருந்த போதுதான் அடிக்கடி இவருக்கு வயிற்று வலி ஏற்பட்டது. இறுதியில் அது புற்றுநோய் தான் எனத் தீர்மானிக்கப் பட்டது. பேரிடியாக மருத்துவ அறிக்கைகள் விஜயலக்ஷ்மியின் தலையில் இறங்கிய போது அவர் தளரவில்லை. வலியுடன், போராடிய படி மேற்கொண்டு படித்தார். வேதியியல் சாஸ்திர வல்லுனரானார். ஆராய்ச்சியைத் தொடர்ந்தார். இவருடைய தீரமான வாழ்க்கைப் போராட்டத்தை அறிந்த, உடன்பயின்ற ஜெயராமன் இவரை மணந்தார்.

சென்னைப் பல்கலைகழகம் விஜயலக்ஷ்மிக்கு டாக்டர் பட்டம் அளித்தது. பெங்களூரிலுள்ள இந்திய விஞ்ஞான கழகம் இவருக்கு அழைப்பு விடுத்தது.

நோய் முற்றி இன்னும் ஒரு வருடமே வாழ்வார் என்று கூறிய போதிலும் கடைசி வரை தனது ஆராய்ச்சிப் பணியைத் தொடர்ந்தார் இந்த வீராங்கனை. இத்தாலியில் 'பெலோஷிப்' கிடைத்த போதிலும் போக முடியவில்லை. கடைசியில் இந்த அரும் விஞ்ஞானியை மே 12ந் தேதி காலன் அழைத்துக் கொண்டான்.

— மஞ்சுளா ரமேஷ்.

உங்களுக்குத் தேவை இவைதான்:
சாந்தமுள்ள மனநிம்மதி
சக்தியுள்ள உணவுகள்.



ஆம். குழந்தைக்கு பாலூட்டத் தயாராகும் நீங்கள் கவனத்தில்கொள்ள வேண்டியது மிக எளிய விஷயம்; மன நிம்மதியோடு பாலூட்டுங்கள். அதிகமாக பால் சுரப்பதற்கு உதவிடும் உணவுகள் அனைத்தையும் உண்ணுங்கள்.

கவலைப்படுவதை நிறுத்துங்கள்

கவலைப்படுவது உங்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும்—என்றால், உங்கள் குழந்தைக்கும்தான். கவலைப்படுவதால் உங்களுக்கு நோய் ஏற்பட்டு பால் வற்றிவிடும்.

நோய்ப் பிரச்சனைகள் எதுவும் உங்களுக்கு இருந்தால், அலட்சியமாய் இருந்து விடாதீர்கள்; டாக்டரிடம் செல்லுங்கள் அவரை உங்கள் மூத்த நண்பராய்க் கருதுங்கள்.

ஆரோக்கியமான உணவைத் துவக்குங்கள்:

உடலுக்கு உகந்த ஆரோக்கிய உணவு எது என்பதை அறிந்திட பிரமாதமாக நூல் நிலையத்திற்குச் சென்று புத்தகங்களைப் புரட்டுவதோ, கலோரிப் பட்டியலைப் பார்ப்பதோ அவசியமில்லை. உங்களுக்குத் தேவை பொது அறிவுதான். உதாரணமாக, குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு புரதம் அதிக அளவில் தேவைப்பட்டால் அதை வழங்கக்கூடியவை, உடல் வளர்ச்சியை உருவாக்கும் பால், முட்டை, மாமிசம் ஆகும். அவற்றை நீங்கள் உண்ண வேண்டும்; புரதம் செறிந்த உணவுப் பானங்களை அருந்த வேண்டும். புரதச்சத்தை அதிக அளவில் நீங்கள் பெறுவது, உங்கள் குழந்தையும் பெறுவதாகும்—உங்களிடமிருந்து. மிகவும் முக்கியம் என்னவென்றால் கார்போஹைட்ரேட்டுகள் அதிகம் கூடாது. காரணம் அது பாலின் தரம் மற்றும் அளவைப் பாதிக்கும்.

இதுபோன்ற எளிய நடவடிக்கைகள்கூட, உங்கள் குழந்தை முறையாக முலைப்பால் குடித்திட உதவும். உடல் நிலை மோசமாக பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் பட்சத்தில் உங்கள் குழந்தைக்கு நீங்கள் மாற்றுப்பால் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

ஸ்ப்ரே ட்ரை செய்யப்பட்ட அமுல்ஸ்ப்ரே

அமுல்ஸ்ப்ரே-நன்கு சமச்சீராக கலக்கப்பட்ட சத்துக்களுடன் கூடியது—பிரதம தரமுள்ள புரதம், ஜீரணிக்க எளிதான கொழுப்பு மற்றும் கார்போஹைட்ரேட்டுகள், சரியாகக் கலந்துள்ள வைட்டமின்கள் மற்றும் தாதுக்கள்.

ஏற்கனவே கொதிக்க வைத்த வெதுவெதுப்பான நீரில் அதைக் கலப்பது எளிது. முன்னாலேயே அதை பசைபோல் தயாரிக்கவேண்டிய அவசியம் இல்லை.

சிக்கனமானது

டின்னில் அடைக்கப்பட்டுள்ள குழந்தை உணவுகளில் மிகவும் சிக்கனமானது; அமுல் ஸ்ப்ரே. காரணம், அது இந்தியாவின் 'வெண்மைப் புரட்சிக்கு' முன்னோடியான நவீன பால் நிறுவனத்தால் தயாரிக்கப்பட்டது.

ஆனால் கொதிக்க வைத்த நீர், சுகாதார முறையில் கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட பாத்திரங்கள் மற்றும் பால் புட்டிகள் உபயோகித்தலை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். பால் கலக்கப்படும்போது அதிகம் நீராகி விடுவதை தவிர்ப்பதற்கும், போதுமான ஊட்டச் சத்துக்களை உறுதி செய்வதற்கும் டின்மீது குறிப்பிட்டுள்ள வழிமுறைகளை கவனமாக பின்பற்றுக.



அமுல்ஸ்ப்ரே

தாய்ப்பாலுக்கு அடுத்ததுதான்.

இலவசம்! அமுல் வளர்ப்பு வழி—

நூலில் அடங்கியுள்ளவை: கருத்தரித்தல், பேறு காலத்திற்கு முன் கவனிப்பு, பிரசவம், தாய்ப்பால் ஊட்டுதல், வெளியில் கிடைக்கும் உணவு வகைகள், லேசான தானிய உணவு தருதல், குழந்தையின் அன்றாடக் கடன்கள், குழந்தையின் வளர்ச்சி, நோய்த் தடுப்பு, முதலுதவி, பொதுவான நோய்கள், நோயுற்ற குழந்தையைப் பாதுகாத்தல் தமிழ், இந்தி, மராத்தி, குஜராத்தி, ஆங்கிலம், தெலுங்கு மற்றும் மலையாள மொழிகளில்.

உங்கள் பெயர் மற்றும் முகவரியுடன் ரூ. 1.25 தபால் தலை ஒட்டி எழுதுக இம் முகவரிக்கு: தபால் பெட்டி எண் 10124, பம்பாய் 400 001.

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங் ஃபெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத் மாநிலம்.

ASP/AS-TAM7/83



''குழந்தைக்குத் தொடர்ந்து வயித்துப் போக்கா இருக்குதே...!
என்ன செய்யலாம் ? ''
சாப்பாடு, தாய்ப்பால் கொடுக்கறதை ... நிறுத்திடலாம் ... மந்திரிச்சு தாயத்து கட்டலாம் ... எந்தக் குழந்தைக்குத்தான் வயித்துப்போக்கு வரலை ? எல்லாம் தானாக நின்னுடும் ...
இது சரியா?
தவறு
தவறு
தவறு
அப்படியானால் எது சரி?
வயிற்றுப் போக்கு வந்தால் ... உடனடியாக.
1 லிட்டர் நீரில் 1 பாக்கெட்
வாய் வழி கரைசல் பவுடர் (ORS)
கலந்து குழந்தைக்கு அடிக்கடி கொடுங்கள்.
ORS
இந்த பாக்கெட் கிடைக்கா விட்டால்
ஒரு சிட்டிகை உப்பு
4 சிட்டிகை சர்க்கரை
1 டம்ளர் நீரில் கலக்து அடிக்கடி குழக்தைக்கு கொடுங்கள்.
DIPR 1021/86 EFFICIENT
தாய்ப்பாலையும், உண்ணும் உணவையும் தொடர்ந்து கொடுங்கள்.
விவரங்களுக்கு
உங்கள் கிராமத்தில் உள்ள ஊட்டச் சத்து மையம் அல்லது சுகாதாரத் துணை நிலையத்தை அணுகுங்கள்.
தொடர்புப்பிரிவு
தமிழ்நாடு ஒருங்கிணைந்த ஊட்டச்சத்துத் திட்டம்
570, அண்ணாசாலை, சென்னை 600 018.

முக அழகு போதுமா?







ஒரு பெண் அழகு என்றால் அவள் முகமும் உடலும் மட்டும் அழகாக இருந்தால் போதுமா? தலையிலிருந்து கால்வரை தன்னை சிரத்தையுடன் கவனித்துக் கொள்ளும் பெண்ணே அழகாக விளங்க முடியும்.

எவ்வளவோ மேக்—அப் செய்து கொள்ளும் பெண்களும் கால்களைக் கவனிப்பதில்லை. சுத்தமான அழகான பாதங்களே கவர்ச்சியானது. உடலுக்கு ஆரோக்கியமானதும் கூட.

பாதங்களை எப்படிப் பாதுகாப்பது?

1. முதலில் பழைய நக பாலிஷைப் பஞ்சினால் ரிமூவர் வைத்துத் துடைத்து விட்டு, நகங்களை சீராக, தட்டையாக நக வெட்டியினால் வெட்டி Emery Board கொண்டு சமமாக்க வேண்டும். கால் நகங்கள் தட்டையாக இருந்தால்தான் நடக்கும்போதோ, மற்ற சமயங்களிலோ கல் போன்ற பொருட்களில் இடிந்தால் உடையாமல், பிளவு படாமல் இருக்கும்.

2. பிறகு கால்களை ஒரு பேசினில் வெதுவெதுப்பான சோப்பு, டெட்டால் கலந்த நீரில் 10 நிமிடங்கள் ஊற வைக்க வேண்டும்.

3. கால்கள் நக இடுக்குகள் ஆகியவற்றை நன்றாகக் கழுவ வேண்டும்.

4. கால்களை வெளியே எடுத்து மிருதுவான டவலால் ஈரம் போகத் துடைக்க வேண்டும்.

5. கா[illegible]ல் க்ரீமைத் தடவி விரல் நுனியிலிருந்து குதிகால் வரை நன்றாக மசாஜ் செய்ய வேண்டும்.

6. நகங்களின் ஓரங்களில் தங்கியிருக்கும் அழுக்குகளை ஆரஞ்சு ஸ்டிக்கின் முனையினால் எடுக்க வேண்டும். வேறு பின்னோ குச்சியோ கொண்டு எடுத்தால் செப்டிக் ஆகிவிடும்.

7. நகத்தின் அடிப்பாகத்திலிருந்து ஆரம்பித்து நுனி வரை ஒரே சீராக நக பாலிஷ் போட வேண்டும். நக பாலிஷ் போடும் போது விரலிடுக்குகளில் பஞ்சை வைத்துக் கொண்டால் நக பாலிஷ் மற்ற விரல்களில் படாமல் தடுக்கலாம். முதல் பூச்சு முடிந்து

காய்ந்தவுடன் அடுத்த பூச்சு பூசி முடிக்க வேண்டும்.

சிலருக்கு குதிகால் வலியும் வீக்கமும் இருக்கிறது என்று கூறுவார்கள். அது சிறு நீர்ப்பை கோளாறாகவும் இருக்கலாம். இவர்கள் டாக்டரிடம் சென்று ஆலோசனை பெறுவது நல்லது. அதனிடையில் ஒரு பெரிய கைக்குட்டையை வினிகர் கலந்த குளிர்ந்த நீரில் நனைத்து, குதிகாலைச் சுற்றிலும் தளர்த்தியாக சிறிது நேரம் வைத்திருந்தால் சிறிது பலனளிக்கும்.

மேலும் கால்களில் ஆணி விழுந்திருந்தால் மிகவும் வேதனையாக இருக்கும். இதற்கு முக்கிய காரணம் பலர் மிகவும் உயர்ந்த குதிகால் வைத்த செருப்பு அணிவதே. அதைத் தவிர்த்தால் நல்லது. மேலும் தக்காளியை அதன் உள்ளே இருக்கும் சதையை எடுத்து விட்டு, ஆணி இருக்கும் இடத்தில் வைத்து, ஒரு துணியால் இரவு முழுவதும் கட்டி வைத்து, காலையில் அவிழ்த்துப் பார்த்தால் அந்த இடம் மென்மையாக இருக்கும். அப்பொழுது ஜாக்கிரதையாக சுற்றிலும் கையை வைத்து அழுத்தினால் ஆணி வெளியே வந்துவிடும். முதல் முறை வராவிட்டால் பலமுறை இதேபோல் செய்து, பின்பு ஆணியை எடுக்க வேண்டும்.

மல்லிகா & பார்வதி.

கோதுமை சாப்பிடலாமே

கோதுமை இயற்கையின் ஊட்டச்சத்து வாய்ந்த ஒரு பரிசாகும். அரிசியைக் காட்டிலும் கோதுமையில் ஒவ்வொரு உணவுச் சத்தும் அதிகமான அளவில் உள்ளது. காலரிகள் தவிர மற்ற சிறந்த சத்துக்கள் எல்லாமே கோதுமையில் அதிகமாக உள்ளது.

யு. எஸ். வீட் அசோசியேஷன் எனும் வாலன்டரி ஸ்தாபனம் இந்தியாவில் கோதுமையின் முக்கியத்துவத்தையும், கோதுமை சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நன்மைகளையும் பரப்பும் பணியில் ஈடுபட்டிருக்கிறது. டெல்லியிலுள்ள யு. எஸ். வீட் அசோசியேஷன் அலுவலகம் தென்னிந்தியாவில் இரண்டு கல்லூரிகளுக்கு இப்பணியை அளித்திருக்கிறது. ஒன்று சென்னையிலுள்ள மகளிர் கிறிஸ்தவக் கல்லூரி; மற்றொன்று கோவையிலுள்ள அவினாசிலிங்கம் மனையியல் கல்லூரி

மனையியல் தொடங்கி 43 ஆண்டுகளை முடித்துவிட்ட மகளிர் கிறிஸ்தவக் கல்லூரிக்கு கோதுமையின் பெருமையை பரப்பும் பணியை அளித்துள்ளது மிகப் பொருத்தமே.

வீட் அசோசியேட் ரிஸர்ச் பிராஜக்டிற்குத் தலைவியாக கல்லூரி முதல்வர் இருக்கிறார்; மனையியல் துறையைச் சேர்ந்த மூன்று பேராசிரியைகள் வழிகாட்டிகளாக இருக்கிறார்கள். இவர்கள் குழுவில் நான்கு ரிஸர்ச் அஸிஸ்டன்ட்ஸும் உண்டு. இவர்கள் அனைவரும் எம். எஸ்.ஸி. மனையியல் முடித்தவர்கள்.

சமீபத்தில் ஐடியல் ஹோம் எக்ஸிபிஷனிலும், வர்த்தகப் பொருட்காட்சியிலும் கலந்துகொண்டுள்ளனர். வர்த்தகப்பொருட்காட்சியில் இவர்கள் செய்திருந்த கோதுமைப் பலகாரங்களுக்கு அமோக வரவேற்பு கிடைத்தது மட்டுமில்லாது இந்தியா டூரிஸம் டெவலப்மெண்ட் கார்ப்பரேஷன் அளித்த பரிசும் மூன்று நடுவர்களால் வழங்கப்பட்டது.

தலைமை — செல்வி இந்திராணி மைக்கேல்

பேராசிரியைகள்: திருமதி மாதவி, திருமதி சுஜாதா குமார், திருமதி மாலதி மோஹன்

ஆராய்ச்சி உதவியாளர்கள்:

குமாரி கவிதா டேவிட், குமாரி தாரிணி பதி, குமாரி மெர்ஸி வர்கீஸ், குமாரி பத்மா.

—லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாசன்.

அட்டை வண்ணப்படம்: யோகா.



நாவின் சுவையிருக்கும் வரை பி ஆர் நெய் நினைவிருக்கும்!

"நான் எப்பவுமே உபயோகிக்கிறது **பி.ஆர்**.நெய்தான். காரணம், என் குடும்பத்திலே எல்லாருக்குமே **பி.ஆர்**.நெய்யோட மணமும் சுவையும் தான் பிடிக்கும்.

எங்கம்மா காலத் திலுருந்தே **பி.ஆர்**. நெய்யோட தரமும சுவையும் எங்க குடும்பப் பழக்கமா யிடுச்சு."

விநியோகஸ்தர்கள்:

பி. ராமலிங்கம்
மாதுங்கா,
பம்பாய்-400019
போன்: 472077

ஸ்ரீ இராமுலு ஸ்டோர்ஸ்
332 காந்தி சாலை.
காஞ்சிபுரம்





MOULIS 113 85

மலிந்தது வேண்டுமா! மதிப்புள்ளது வேண்டுமா!

பாத்திரங்களின் பளபளப்பையும் பாதுகாப்பையும் எந்த மலிவு பவுடர்களும் தந்து விட முடியாது

சில்வின் மற்ற கிளீனிங் பவுடர்களை விட எப்படி சிறந்தது?

இதோ

1. மென்மையான ரசாயனங்களைக் கொண்டு மிக உயர்ந்த முறையில் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.
2. அகில இந்திய அளவில் SSIயின் நிரந்தர சான்று பெற்றுள்ளது.
3. பாத்திர உட்லைகளின் தன்மையையும், பளபளப்பையும் பாதுகாக்கிறது.
4. அனுபவ ரீதியில் பார்க்கும் போது விலையிலும் குறைவானது.
5. விஞ்ஞான முறையில் பரிசோதிக்கப்பட்டது.



STOCKIST, PLEASE APPLY TO
ORION LAB, 58/1 KODAMBAKKAM HIGH ROAD
MADRAS-600 017 Phone: 442529 PP

JAY ADTS.

திருமண மலர்

திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் பிள்ளை நல்ல வசதியுள்ள 25 வயது 5' 9" பி.எஸ்.ஸி. திருவோணம் செவ்வாய் ஏழு. நல்ல தோற்றமும் வியாபார ஸ்தாபனங்களில் பங்குமுள்ள மணமகனுக்கு அதேவகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த நிறமுள்ள அழகான உயரமுள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம் விபரங்களுடன், விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2251.

சைவ வேளாளப்பிள்ளை வயது 31. உயரம் 6' 2" சிவப்பு நிறமுள்ள, பி.எஸ்.ஸி. படித்து, கோவையில் தனியார் நிறுவனத்தில் ரூ 1500 மாதச் சம்பளம் பெறும் வரனுக்கு படிப்பு, பண்பு மற்றும் அழகுள்ள மணமகள் தேவை. செவ்வாய் தோஷம் உள்ளது. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2252.

நல்ல வசதியுள்ள 31 வயது பி. எஸ். ஸி. இந்து வெள்ளாளர் விவாக ரத்தானவர். 3 மாதத்திற்குள் வெளி நாடு செல்லவிருக்கும் மணமகனுக்கு அழகும் குணமும் வேலை உள்ள/இல்லாத அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2253.

குண்டின கோத்திரம் கண்டிர மாணிக்க பிரஹசரணம் திருவோண நக்ஷத்திரம் வயது 33 மாத வருமானம் ரூ 1200/– உள்ள வரனுக்கு மணமகள் தேவை. திருச்சி கனரா வங்கியில் கலெக்ஷன் ஏஜண்ட் பணி. படிப்பு பி.யு.சி. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2254.

துளுவ வேளாளர், வயது 29, பட்டதாரி சொந்த தொழில், வியாபாரம் செய்து வரும் நல்ல உடல் கட்டான நிறம். அழகான மணமகனுக்கு, தகுந்த அழகான, படித்த வசதியான குடும்பத்தில் இருந்து பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2255.

வசதியுள்ள செல்வந்தர் (வியாபாரி) 45–165 செ.மீ எடுப்பான தோற்றம் உடைய குடும்பஸ்தருக்குக் குடும்பப் பிரச்னைகள் இல்லாத, ஆதரவு அற்ற தனித்து வாழும் (விதவையானாலும் சரி) குடும்பப் பாங்கான அழகுள்ள படித்த வேலை உள்ள/இல்லாத பண்புள்ள அன்பு துணையான பெண் 30–35க்குள் தேவை. விபரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2256.

இந்து கவரா நாயுடு இனத்தைச் சார்ந்த மாநில அரசுப் பணியில் ரூ 900 மாத வருமானம் பெறும் 30 வயது தனுசு ராசி மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சார்ந்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 2257.

மாத்வ, தன்னட பிராம்மணர், ஹரிச்ச கோத்திரம். ஹஸ்த நக்ஷத்திரம், உயரம் 5' வயது 24, பி. யு. சி. டைப், டைலரிங் தேர்ச்சி பெற்று தனியார் வேலையில் உள்ள சிவந்த அழகான பெண்ணிற்கு படித்த மத்திய/மாநில/நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 2258.

நெய்த்ரப காஸ்யப கோத்திரம், வடமாள், சுவாதி, 32 வயது, உயரம் 5' 3", மத்திய அரசு அலுவலகத்தில் கிளார்க்காகப் பணியாற்றும் பெண்ணிற்கு (சம்பளம் 820) தகுந்த வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2259.

ஸ்டேட் பாங்கில் பணி ரூ 1600/– சம்பளம், 28 வயது மதிக்கத்தக்க (33 வயது) ஆன்மீக நாட்டமும், அழகும் மிக்க இளைஞருக்கு வாழ்க்கை துணைவி தேவை. அன்பும், அழகும், ஆன்மீக நாட்டமும் குறைந்தது எஸ். எஸ். எல். ஸி. வரை படித்த சைவ சமையல் தெரிந்த இந்து மகளிரின் பெற்றோர்கள் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2260.

தாய் தந்தையுள்ள வடகலை இரண்டாவது பிள்ளை 30.10.61 ஜனனம். ஜாதகம் பார்க்க விரும்பவில்லை. ஜாம்நகர் கலெக்ட்ரேட்டில் வேலை பார்க்கும் பி. ஏ. (குஜராத்தி மீடியத்தில் படித்த) பையனுக்கு, நல்ல குணமும், அழகும், குடும்பப் பொறுப்புள்ள குறைந்த பக்ஷம் எஸ். எஸ். எல். ஸி. டைப் முதலியவை பாஸ் செய்த பெண் வேண்டும். தென்கலை, வடகலை எதுவாயிருந்தாலும் பாதகமில்லை. உடனே தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2261.

கௌண்டன்ய கோத்திரம், வடமாள், மாதிறம் உத்தரம் வயது 24. உயரம் 5' 2" மாதம் ரூ 500 சம்பளம் வேலை பிரைவேட் (Computer) கம்பெனியில் உள்ள பெண்ணிற்கு தனியார் அல்லது அரசாங்கத்தில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2262.

பி. எஸ். ஸி. பி. எட், வயது 29 படித்து அரசாங்க வேலையிலிருக்கும் அஷ்ட சஹஸ்ரம், ஹரித கோத்திரம். ஆயில்யம் 3ம் பாதம், செவ்வாய் எட்டாமிடத்திலும் இருக்கும் 5' 2" அழகான மதிப்புள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பிராமணப் பெண்ணுக்கு, அரசாங்க (அல்லது) பாங்கில் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 2263.

23 வயது உயரம் 5' 5" தட்டெழுத்து, சுருக்கெழுத்து தெரிந்த பட்டதாரி பெண்ணிற்கு, முதலியார் பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த பட்டதாரி வரன் தேவை. சம்பளம் ரூ 1,000த்திற்குள் இருக்க வேண்டும். வேலை யற்ற பட்டதாரிக்கு வேலை தரப்படும். ஜாதகம் முழு

விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2264.

சௌராஷ்டிர குலம். எம். பி. ஏ. தனியார் கம்பெனியில் மானேஜர். சம்பளம் ரூ 2500/– அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அழகும், குணமும் 5 அடி உயரம். 23, 24 வயது உள்ள பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2265.

32 வயதான மாற்றல் பெறக் கூடிய செகண்டரி கிரேட் ஆசிரியையாக, சென்னையில் பணியாற்றும், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸகோத்ரம். unencumbered Innocent Divorcee. தெய்வபக்தியும், குடும்பப்பாங்கும் நிரம்பிய ஐந்தடி உயரமுள்ள, கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, பெண்ணிற்கு, பரந்த மனப்பான்மையுள்ள பிராமண மணமகன் 40 வயதிற்குள் தேவை. உட்பிரிவுகள், மனப் பொருத்தம் சம்மதம். பெட்டி எண்? 2266

30 வயது நாஞ்சில் நாட்டு சைவப்பிள்ளை வகுப்பைச் சார்ந்த மத்திய அரசு கம்பெனியில் 1750/– சம்பளத்துடன் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி ஸ்டெனோவிற்கு வேலையுள்ள பெண்களிடமிருந்து மட்டும் முழு குடும்ப விவரங்களுடன் ஜாதகங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண்: 2267.

24 மனை தெலுங்கு செட்டியார், கோலவார் குலம் இந்தியன் வங்கியில் பணி புரியும் (சம்பளம் ரூ 1600/–) 29 வயதுள்ள வாலிபருக்கு 8 வீட்டைச் சேர்ந்த் படிப்பும் பண்பும் உள்ள மணமகள் வேண்டும். முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 2268.

28 வயது, பி. ஏ. படித்த, வீட்டு வேலைகளில் நன்கு தேர்ச்சியுள்ள, குடும்பப் பாங்கான அழகுள்ள செங்குந்த முதலியார் பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. முதலியார் வகுப்பில் இதர பிரிவினரும் விண்ணப்பிக்கலாம். முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2269.

பிரஹசரணம், கௌண்டின்ய கோத்ரம், வயது 22, மிருகசீருஷ நட்சத்திரம், சிவப்பு நிறம், 5' 2" பி. காம். இறுதி ஆண்டு படித்துக் கொண்டிருக்கும், டைப்ரைட்டிங் ஹையர் பாஸ் செய்த வேலைக்குப் போகும் தகுதியுடைய குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நிரந்தரமான உத்தியோகத்தில் 900க்கு குறையாமல் சம்பாதிக்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2270.

மாத வருமானம் ரூ 1000/– தமிழ்நாடு அரசு ஊழியர். வயது 27, பிரம்மச்சாரிக்கு அழகு பக்தியுள்ள வேலையிலுள்ள அல்லது டைலரிங் வேலை தெரிந்த சைவப் பழக்கமுள்ள முற்பட்ட அல்லது பிற்பட்ட வகுப்பைச் சார்ந்த பெண் தேவை. திருமணம் எளிய முறையில். பெட்டி எண்: 2271.

வடமாள், கௌசிக கோத்ரம், புனர்வசு, மத்திய அரசு நிரந்தரப் பணி ரூ 1500/– தற்சமயம் சென்னையில் பணியாற்றும் எம். ஏ. பட்டதாரிப் பையனுக்கு— தேவையானால் டெல்லிக்கு மாற்றலாகக் கூடியப் பணியிலுள்ள, அழகான, குடும்பப்பாங்கான 27—28க்குள். மற்ற உட்பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2272.

பி. ஏ. வரை படிப்புள்ள 21 வயது 165 செ. மீ. உயரமுள்ள சௌராஷ்டிரா வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு, அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த வசதியுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 2273.

பேங்கு, அரசு அல்லது அரசுச் சார்ந்த பணியிலிருக்கும் 27 வயதிற்குட்பட்ட அழகும், நற்குணமும், சாந்த முகப் பொலிவும் ஒருங்கிணைந்த மணமகளை எதிர் நோக்கும் பொறுப்பும் பண்பும் உள்ள மணமகனின் வயது 32, கவுண்டர். மத்திய அரசில் ஆடிட்டராக பணி. வரதட்சணைக்கும், ஆடம்பர திருமணத்திற்கும் நாட்டமில்லை. பரந்த மனப்பான்மை உள்ள குடும்பத்தினரிடமிருந்து விவரங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. பெட்டி எண்: 2274.

ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேய கோத்ரம், 26 வயது தேசிய உடைமையாக்கப்பட்ட வங்கி அதிகாரி. பெண்ணுக்குப் பண்புள்ள மணமகன் தேவை. வரதட்சிணை, சீர் கிடையாது. எளிய திருமணம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்க. பெட்டி எண்: 2275.

வடமாள் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம் 36 வயது குடும்பப் பாங்கான எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த நல்ல நிறமுள்ள மிருக சீரிஷ நட்சத்திர பெண்ணிற்கு நிரந்தர வருமானமுள்ள நல்ல குணமுள்ள வடமாள் மணமகன் தேவை. இரண்டாம் தாரமாய் இருந்தாலும் விண்ணப்பிக்கலாம். வரதட்சிணை கிடையாது. சுமாரான முறையில் திருமணம்செய்துத்தரப்படும். ஜாதகத்துடன்தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2276.

வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் (ரெட்டியார், நாயக்கர்) இனம், 27 வயது, பி. காம் படித்த, மாநிறமுள்ள, தமிழக அரசு பணியிலுள்ள பெண்ணுக்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. முழு விபரங்களுடன் பதில் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2277.

வடமாள் ஆத்ரேய கோத்ரம், கேட்டை நக்ஷத்திரம், வயது 26, எம். ஏ. பட்டம் பெற்று தமிழக அரசுப் பணியில் ரூபாய் 1000/– பெறும் அழகான குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு 28/32 வயது வரையுள்ள பட்டதாரி நல்ல குணமுள்ள நல்ல வேலையில் உள்ள பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 2278.

வன்னிய குல க்ஷத்திரிய 32 வயது, தமிழக அரசின் ஊழியர் டி. சி. உ. சம்பளம் 1000வாங்கும்மணமகனுக்கு படித்து பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. சென்னைவாசிகள் மட்டும் ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2279.

திருமணமலர்ப் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ 30/— தொகையை 'மங்கையர்மலர்' என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில்ஒருவருக்கு30வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் "விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்... c/o மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை 600 032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

வடமாள், ஆத்திரேய கோத்ரம், 2.2.1948ல் சுவாதி மின்வாரியத்தில், உதவியாளர் 1300/–வாங்கும் பையனுக்கு பெண்ணும், 7.8.1953ல் புனர்பூசம் (8ல் செவ்வாய்) பி. ஏ. தனியார் துறையில் 650/– வாங்கும் பெண்ணுக்கு பையனும், ஒரே குடும்பத்தில் கொடுத்து வாங்க விருப்பம் உள்ளவர்கள் மட்டும் ஜாதகத்துடனும் முழுவிபரத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பிரஹசரணமும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 2280.

அகமுடையர் வகுப்பு, வயது 25, பட்டதாரி, 8ல் செவ்வாய் தோஷம். கும்பகோணத்தில் பேங்க் ஆப் இண்டியாவில் வேலை செய்யும் பெண். சம்பளம் ரூ 1200/–. பரந்த மனப்பான்மை உள்ள உத்தியோகத்தில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2281.

அய்யர், வடமாள், பாதராயண கோத்திரம், அவிட்ட நட்சத்திரம், 28 வயதுள்ள பி. காம்., பட்டதாரி, அரசாங்க கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு, பாங்கு, இன்சூரன்ஸ் அல்லது P & T அல்லது

வேலையை மாற்றிக் கொள்ளக் கூடிய அலுவலகங்களில் வேலை பார்க்கும் பெண்கள் 25 வயதுக்குள் தேவை. ஜாதகம், மற்றும் விவரத்தைத் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண்: 2282.

எளிய முறையில், மணக்க விரும்பும் அரசு பணியில் ரூபாய் 2000/-ம் சென்னையில் சொந்த வீடும் உள்ள கௌசிக வடமாள், ஐயர் வரனுக்கு மணமகள் தேவை. வேலையில் உள்ள ஒரு குழந்தையுடன் கூடிய விதவைக்கு முதல் இடம். பெட்டி எண்: 2283.

விவாகரத்து செய்து கொண்ட விசாக நட்சத்திரம் கௌண்டின்ய கோத்திரம், வடமாள் ஐந்து அடி உயரம் நல்ல நிறமும் அழகுள்ள மூக்குக் கண்ணாடி அணிந்துள்ள பெண்ணிற்கு 42 வயதிற்குள் இரண்டு குழந்தைகளுக்குள் மனைவி இழந்த நல்ல தொழிலில் உள்ள சம்பளத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. விவாகரத்து செய்து கொண்டுள்ளவரும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2284.

வன்னிய குல க்ஷத்திரிய நாயக்கர் — சுவாதி நட்சத்திரம், வயது 30, பி. ஏ (எம். ஏ.) பட்டதாரி அரசு நிறுவனத்தில் ரூ. 1200/- சம்பளம் பெறுபவர். உயரம் 5' 10'' — இதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 2285.

கலப்பு மணத் தம்பதியரின் (தந்தை — செங்குந்த முதலியார், தாயார் — பிராமணர்) பி.யூ.சி. படித்துள்ள 26 வயதுள்ள நிரந்தர வேலையிலுள்ள பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. மேற்குறிப்பிட்ட இரண்டு சாதியினரும் விண்ணப்பிக்கலாம். சென்னையிலேயே நிரந்தர வேலை அல்லது தொழில் செய்பவர் உத்தமம். பெட்டி எண்: 2286.

மேற்கு ஆப்பிரிக்காவில் இறுதியாண்டு பி.எஸ்.ஸி. (அக்கௌண்டிங்) படிக்கும் மாநிறமுள்ள லக்ஷணமான 18½ வயது 165 செ.மீ. உயரம், பிரஹசரணம், ஆயில்ய நட்சத்திரம், கௌசிக கோத்திரம், ஐ.நா. நிபுணரின் பெண்ணுக்கு. 25 வயதுக்குட்பட்ட, உயர் படிப்புடைய ஐயர் மணமகன் தேவை. அமெரிக்கா, கனடா குடியேறத் தகுதி உடையோர், தொழிலதிபர், அமெரிக்கா அல்லது கனடாவில் தொழில் சார்ந்த மேல் படிப்பு படிப்போர் விண்ணப்பிக்கலாம். உட்பிரிவுகள் பாதகமில்லை. பெட்டி எண்: 2287.

மைசூரில், தனியார் நிறுவனத்தில், ரூ. 1500/- சம்பாதிக்கும் பட்டதாரி, ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், கிருத்திகை நட்சத்திரம், நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகனுக்கு, 33/160, மாற்றல் வசதியுள்ள வேலை பார்க்கும் அல்லது வேலை பார்க்கும் தகுதியுடைய மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2288.

எஸ். எஸ். எல். ஸி. வரை படித்து 7 ஏக்கர் நிலமுள்ள விவசாயம் செய்து வரும் 30 வயதுள்ள ரெட்டியார் இன மணமகனுக்கு செவ்வாய் தோஷமுள்ள அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. வயது 20-க்குமேல் இருக்க வேண்டும். சேலம், திருச்சி, பெரம்பலூர், தென் ஆர்க்காடு மாவட்டங்களைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்படும். பெட்டி எண்: 2289.

சோழிய வெள்ளாளர் பி.யூ.சி. 28/152 செ.மீ. அழகும், குடும்பப் பாங்கும், பண்புமுள்ள மிருகசீரிஷ நட்சத்திரம் மீன லக்னப் பெண்ணுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த முதுகலைப் பட்டம் பெற்ற கெஜட்டட் ஆபீஸரோ, இன்ஜினியரோ பாங்கு ஆபீஸரோ அல்லது அரசு, தனியார் நிறுவனங்களில் நல்ல வேலையில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடனும் குடும்ப விவரங்களுடனும் விண்ணப்பிக்கவும். விளம்பரம் நல்ல தேர்வுக்கே. பெட்டி எண்: 2290.

ஐந்து வருடங்களுக்கு முன் திருமணமாகி ஒரே மாதத்தில் பல கொடுமைகளால் விவாகரத்து பெற்ற அரசாங்க அலுவலகத்தில் பணியாற்றும் 32 வயது பெண்ணிற்கு பரந்த மனப்பான்மையுள்ள 40 வயதிற்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. தாரமிழந்து குழந்தை இருந்தாலும் விவாகரத்து பெற்றவராயினும் பரவாயில்லை. இந்து மதத்தில் எந்த ஜாதியினரும் விருப்பம். பெட்டி எண்: 2291.

31 வயது ஹிந்து கள்ளர், ஆசார அனுஷ்டானமான தென்கலை — கௌதம கோத்திரம் — பாங்கில் வேலை சம்பளம் ரூ. 2000/- உயரம் 5' 5'' பட்டதாரி மணமகனுக்கு வேலையில் உள்ள அழகான பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஆசார அனுஷ்டானமாகவும் வெஜிடேரியனாகவும் இருக்க வேண்டும். இந்துக்கள் மட்டும் — ஜாதி பேதமில்லை. பெட்டி எண்: 2292.

பிரஹசரணம், காஸ்யப கோத்திரம், அனுஷ நட்சத்திரம், 33 வயதுள்ள எம். ஏ. சிஏஐஐபி படித்த மாதம் 2000 சம்பாதிக்கும் பாங்கில் பணிபுரியும் ஆபீசருக்கு உயர்தர கம்பெனி அல்லது பாங்கு அல்லது அரசாங்கம் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி பெண் 27 வயதுக்குள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2293.

பிரஹசரணம் கௌசிக கோத்திரம், திருவோணம் 35 வயது எஸ். எஸ். எல். ஸி. படித்த சொந்த வியாபாரம் மாதம் 600 சம்பாதிக்கும் வாலிபருக்கு வியாபாரம், இறுவையும் முதலீடு செய்யக் கூடியதாகவும் உள்ள பெண் 26-லிருந்து 30 வயதுக்குள் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்கள், உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2294.

தெலுங்கு, வெலநாடு, கௌதம கோத்திரம், வயது 25, திருவோணம் — எஸ். எஸ். எல். ஸி. — டைப் தமிழ், ஆங்கிலம் ஹையர் பாஸ் செய்துள்ள, அழகு, குணம், வீட்டு வேலைகளில் தேர்ச்சி பெற்ற பெண்ணுக்கு, நல்லதொரு வேலையிலுள்ள தெலுங்கு பிராமணர் இனத்தைச் சேர்ந்த வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய பெட்டி எண்: 2295.

வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், கார்த்திகை நட்சத்திரம், வயது 28, எஸ். எஸ். எல். ஸி., டைப் ரைட்டிங் ஆங்கிலம், தமிழ் ஹையர் கிரேட், தனியார் கம்பெனியில் டைப்பிஸ்ட். வருமானம் ரூ. 500/- சம்பாதிக்கும் பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள பையன் தேவை. ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். மாநிறம், உயரம் 156 செ. மீ. பெட்டி எண்: 2296.

Wanted groom for graduate Kowsik, Vadama, Iyer girl, 36, working as Accountant in Govt. office and drawing four figures possessing a house at Madras Box No. 2297.

Wanted suitable bridegroom preferably Keralite for Tamil Brahmin girl (Divorcee without Encumbrance), Vadama, Sreevatsam, Star Pooram, 28/138, slim, fair, Teacher; Govt. School of Kerala. Apply with horoscope to Box No. 2298.

Alliance solicited from Hindu, Tamil, Vegetarian, decently employed or well settled grooms for smart, good-looking, domestically trained, Post graduate girl, 26/157 cms. Hastham, Intercaste parentage. Father-Vanniakula Kshathriya Mother-Brahmin. Box No, 2299.

Alliance invited from well qualified well placed groom 30-34 for Udipi Shivali Brahmin girl 28/160 B. Com., Diploma in Secretarial Course, doing M.B.A; home loving domestically trained, employed in Public Sector. No Horoscope. Cast no bar. Box No. 2300.

சங்கர ஜெயந்தி விழா

1985 ஆம் ஆண்டு ஏப்ரல் மாதம் 25 ஆம் தேதி யன்று வள்ளுவர் கோட்டத்தில் சங்கர ஜெயந்தி விழா வெகுவிமர்சையாக கொண்டாடப்பட்டது. இவ்விழாவிற் கான அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்ட் கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட்டின் பிரதம நிர்வாகி, "இந்து தர்ம காவலர்" திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்கள் ஏற்று நடத்தினார். தமிழக அரசின் சத்துணவுத் திட்ட அமைச்சர் மாண்புமிகு சௌந்திரராஜன் அவர்கள் இவ்விழாவிற்கு தலைமைத் தாங்கினார். தமிழ்நாடு இயல், இசை, நாடகக் காவலர் திரு. எஸ். நாராயண சுவாமி அவர்கள், யுனிவேர்ஸிட்டி குலபதி எஸ். ஜோஷி அவர்கள் மற்றும் பல பிரமுகர்கள் இவ்விழாவில் கலந்து கொண்டு சிறப்பித் தனர். தமிழகத்தில் சிறப்புமிக்க அந்தணரின் சிவவேத பாராயணத்துடன் விழா மாலை 6 மணிக்குத் துவங்கியது. விழாவிற்கு வந்திருந்த சிறப்பு விருந்தினர்களை ஸ்ரீ சக்ரா ஸ்டேஜ் குழுவை நிறுவிய திரைப்பட, தொலைக்காட்சி புகழ் மாஸ்டர் ஸ்ரீதர் வரவேற்றார். இவ்விழாவில் கலந்து கொண்ட சிறப்பு விருந்தினர்க்கும், பொதுமக்களுக்கும், காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி தவத்திரு ஸ்ரீ ஜெயேந்திர ஸரஸ்வதி சங்கராச்சார்ய ஸ்வாமிகள் சிறப்புச் சீடர் ஒருவர் மூலம் பிரசாதம் அனுப்பி வைத்தார். இக்கலி யுகத்தில் சங்கர ஜெயந்தியின் சிறப்பினை விளக்கிய பின் சிறப்பு சீடர் பிரசாதத்தை, மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்டு கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட்டின் பிரதம நிர்வாகி 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி.வி. சிவன் நாயர் அவர்களிடம் வழங்கினார். மேலும், அவர் காஞ்சி மடத்தினரால் 'இந்து தர்ம காவலர்' எனச் சிறப்பிக்கப் பட்ட திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்களை இவ் விழாவினை ஏற்று செவ்வனே நடத்தியமைக்கு பாராட்டினார். 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்களை பாராட்டிப் பேசும் தருணத்தில், இந்து தர்ம மறுமலர்ச்சிக்கு திரு. நாயர் அவர்கள் ஆற்றிய அரும்பெரும் பணியைக் குறிப்பிட்டு, அவருக் கென காஞ்சி மடத்திலிருந்து விசேஷமாக அனுப்பப் பட்ட பிரசாதத்தையும் பொன்னாடையையும், ருத்ராக்ஷ மாலையையும் அணிவித்து கௌரவித்தார்.

மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்ட் கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட்டின் பிரதம நிர்வாகி திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்களின் தொண்டினைப் பாராட்டிப் பேசுகையில், மாண்புமிகு அமைச்சர் திரு. சௌந்திர ராஜன் அவர்கள் தனது நன்றியினை இந்து தர்மம் தழைத்தோங்க ஆக்கபூர்வமான பணியினை ஆற்றும் திரு. பி.வி. சிவன் நாயருக்குத் தெரிவித்தார். நாடகக் காவலர் திரு. எஸ். நாராயண சுவாமி அவர்கள் திரு. சிவன் நாயர் அவர்களை தனது சகோதரன் எனக் குறிப்பிட்டார். இந்து தர்மத்திற்காக திரு. சிவன் நாயர் ஆற்றும் அரும்பெரும் தொண்டினை பாராட்டியதோடல் லாமல் அவர் தமிழகத்தில் நாடகக்கலை வளர்வதற்கும் உறுதுணையாக இருந்து வருகிறார் என்று வானளாவப் புகழ்ந்துரைத்தார். விழாவில் கலந்து கொண்ட மற்ற சிறப்பு விருந்தினர்களும் மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்ட் கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட்டின் பிரதம நிர்வாகி 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி.வி. சிவன் நாயர் அவர்கள் இந்து மதத்திற்காக ஆற்றும் மாபெரும் பணியினையும் குறிப்பாக, இவ்விழாவின் மூலம் பல்லாயிரக்கணக்கானோர் ஆதிசங்கரரின் வரலாற்றைக் கண்டறிய ஸ்ரீ சக்ரா ஸ்டேஜ் குழுவினரின் 'ஆதி சங்கரர்' எனும் நாடகத்தை ஏற்பாடு செய்தமைக்கும் பாராட்டுத் தெரிவித்தனர். ஸ்ரீ சக்ரா ஸ்டேஜ் குழுவைச் சார்ந்த அனைத்து கலைஞர்களும் காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி ஜகத்குரு ஸ்ரீ ஜெயேந்திர ஸரஸ்வதி சங்கராச் சார்ய சுவாமிகளால் வழங்கப்பெற்ற பிரசாதத்துடனும், பொன்னாடையுடனும், ருத்திராட்ச மாலையுடனும் காஞ்சி மடத்தின் பதுக்கத்துடனும் கௌரவிக்கப்பட்டனர். பிரம்மாண்டமாக அமைக்கப்பெற்ற முதற் காட்சியில் 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்கள் ஸ்ரீ சக்ரா ஸ்டேஜ் குழுவினரால் விசேஷமாக கௌரவிக்கப்பட்டார். குழுவினரின் சார்பாக மாண்புமிகு அமைச்சர் திரு. சௌந்திரராஜன் அவர்கள், 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி. வி. சிவன் நாயர் அவர்களுக்கு பொன்னாடை போர்த்தி மலர் கிரீடமும் மாலையும் அணிவித்து, காஞ்சி மடத்தின் விசேட பிரசாதத்தையும் அளித்து கௌரவித்தார். சிறப்புமிக்க இவ்விழாவினை தவணைமுறையில் வாகனங் களுக்குக் கடனளித்து வரும் மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்ட் கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட் தனது பிரதம நிர்வாகியான திரு. பி.வி. சிவன் நாயர் அவர்கள் மூலம் சிறப்புற இனிதே நடத்தியது.

இருபதாயிரத்திற்கும் மேலான மக்கள் கலந்துகொள்ளக் கூடிய அளவிற்கு இடவசதியுடைய வள்ளுவர் கோட்டத் தில் இவ்விழாவன்று மக்கள் வெள்ளமென திரண்டு வந்தனர். மாஸ்டர் ஸ்ரீதரின் ஆதிசங்கரர் நாடகத்தை கொடிப்பொழுதேனும் காணவேண்டி பல்லாயிரக்கணக் கானோர் அலைமோதியதால், சில தருணங்களில் நிற்ப தற்கும் கூட இடமில்லாதாயிற்று. இரவு 8.30 மணிக்குத் துவங்கிய இந்தெய்வீக நாடகத்தை பல்லா யிரக்கணக்கான பக்தர்கள் நாடகம் முடிந்த 10.50 மணி வரை கண்டு களித்தனர். பக்தி பரவசத்தால் நாடகத்தில் மக்கள் லயித்துவிட்டதால், ஊசி விழும் சப்தம் கூட கேட்கும் அளவிற்கு அமைதி நிலவியது. இவ்விழாவிற்கு பரந்து விரிந்து கிடக்கும் நகரமாம் சென்னை நகரம் இதுவரை கண்டிராத அளவிற்கு மக்கள் வெள்ளம் திரண்டிருந்தது. மதச் சார் புடைய ஒரு விழாவிற்கு அனைத்து மக்களும் அலை மோதியதற்கு, காஞ்சி காமகோடி பீடத்தின் அதிபதி ஸ்ரீ ஜெயேந்திர ஸரஸ்வதி சங்கராச்சார்ய சுவாமிகளின் தெய்வீக ஆற்றலும், இவ்விழாவினை சிறப்புடையச் செய்ய வேண்டி தன்னலம் பாராது எடுத்த பணியினை சிரமேற்கொண்டு பணியாற்றிய மெட்ராஸ் மோட்டார் பைனான்ஸ் அண்ட் கியாரண்டி கம்பெனி லிமிடெட்டின் பிரதம நிர்வாகி 'இந்து தர்ம காவலர்' திரு. பி.வி. சிவன் நாயர் அவர்களின் தன்னலமற்ற சேவையுமே காரண மாகும். ஆதிசங்கரர் போதித்தருளிய அத்வைத தர்மத்தின் உட்கருத்தை பலகோடி மக்கள் இந்நாடகத் தின் வழி புரிந்து கொண்டனர்.

VSK-SJ 107

Alliance invited from settled boys of Non-Srivatsam, Vadakalai, Madam, for Bombay settled girl, 153 cms, B. A. Hons., Unemployed Thirtyfive years, fair complexion, domestically trained, Daughter of retired Central Govt. Officer Star Makam. contact Box No. 2301.

குண்டின்ய கோத்திரம், கண்டிபுர மாணிக்க பிரஹசரணம் உத்திர நக்ஷத்திரம் வயது 29 சம்பளம் ரூ 1200/– உள்ள வரனுக்கு மணமகள் தேவை. புதுக்கோட்டையில் இன்சூரன்ஸ் கம்பெனியில் உத்தியோகம். படிப்பு பி. காம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2302.

Kannada Madhva Non-Kasyapa girl around 24 — Central/State employed for boy 28/1200 Railways. Also groom for sister 25, unemployed, fair, domestically trained decent marriage reply immediately. Box No. 2303.

Alliance solicited for Bharadwaja, Vadama, Revathy, 27, Bank employed girl, left Shoulder slightly affected by Polio. Only Vadamas need. Reply with horoscope and full details to Box No. 2304.

Alliance for scheduled groom Railway employed 27/1100/163 from State/Central Government educated, employed girl. Caste no bar. Box No. 2305.

Wanted smart graduate bride below 20 years for a handsome Vanniar-Kula Kshathriya Diploma Engineer earning Rs. 2000/- per month. Sevvai Thosham preferred. Contact with horoscope, details. Box No. 2306.

Suitable match required for Brahacharanam Iyer, 27 years, 177 cms, Kaundinya Gothjam, Post graduate Engineer, well settled youth with high musical attainments; girl with music or dance proficiency, fair and beautiful and home loving. No dowry. expected! reply with horoscope to Box No. 2307.

Alliance invited only from Karkathar Vellala Pillai community persons employed in Madras City for a charming Girl — Same community — 24 Years — State Government employee at Madras — Decent Marriage. Please reply to Box No. 2308.

Alliance for fair Vadama Gowthama Gothram, Utthiradam, age 24, 152 cms. Bank employed girl from fair well employed Iyer boys any Sub-sect. drawing 2000/-. above. horoscope Optional, early decent marriage. Box No. 2309.

Alliance invited from employed Hindu Nadar boys for Hindu Nadar Girl, 28 years S.S.L.C. Govt. employee, Madras (Non-transferable job). Salary Rs. 1,029/-. Apply with full details to Box No. 2310.

Saurashtra B. E., well employed requires bride of same caste — Good looking and of good family background. Minimum graduate age limit 27 years. Send horoscope to Box No. 2311.

Wanted Non-Srivatsa bridegroom for a graduate employed Vadama Iyer girl age 36 sub-sects acceptable. details with horoscope to Box No. 2312.

Alliance invited from fair beautiful good looking bride preferably employed graduate Vegetarian for Vanniakula Kshathriya age 29/183 employed sales Engineer. Madras. Sub-sect bo bar. Contact with horoscope Box No. 2313.

Alliance invited from Hindu Tamil decently employed or well settled Vegetarian grooms for good-looking, smart domestically trained home loving graduate girl 26/165 cms. Kirutthigai. Intercaste Parents. Father Vellala Pillai/Mother Brahmin. Box No. 2314.

Wanted broadminded, kind and well settled bridegroom above 40 to marry employed Telugu Naidu Girl 37, unencumbered divorcee. All Telugu Hindu people, unencumbered widower, divorcees considered. Box No. 2315.

Alliance for Iyengar Athreya 32 years Moolam Fourth, graduate bride employed State Government Madras daughter of Retd. Gazetted Officer decent early marriage. Reply Box No. 2316.

Alliance invited from decent Iyengar families for Bharadwaja boy — Uthiram — 32 years — Junior Executive at Madras — Rs. 2000 p.m. — propertied. Please correspond with horoscope and family details to Box No. 2317.

Invited alliance from Sowrashtra bridegroom employed/Business for 30 fair slim girl. No Dowry. Simple marriage. Reply with horoscope, family name & Gothra to Box No. 2318.

Wanted employed (bank/insurance) below 25 Sowrashtra bride for Sowrashtra groom (30) working in Nationalised bank, drawing 1800/-, own house and has no relatives. Simple marriage by garlending. Box No. 2319.

Wanted well Educated and decently employed Iyer bride for Vadama graduate Bachelor 24 years old 170 cms (Bharadwaja Gothram, Star Makam) In All India Central Information Services. Reply with horoscope. Box No. 2320.

Alliance invited from bridegrooms Non-Bharadwaja Smartha Brahmins for 45 years old teacher, M. A., B. Ed., settled in Mysore, wheatish complexion tall & hefty, preferably from Karnataka around 46 to 50 years. Box No. 2321.

Alliance invited from Bridegrooms, Non-Bharadwaja Smartha Brahmins for 40 years old English lecturer, M. A., settled in Maddur (Karnataka), wheatish complexion, hefty, aged around 45 years.

தாய்மார்கள் கவனத்திற்கு

உங்கள் கணவன்மார்கள் தர்மத்திற்கு விரோதமாகச் செலவு செய்கின்றார்களா? அதைக் குறைக்க கீழ்க்கண்ட விதம் முயற்சி செய்து பாருங்கள்.

1. கணவனிடம் பொறுமையாகவும், அன்பாகவும் இருங்கள்.
2. ஐந்து முகங்கள் கொண்ட விளக்கில் நல்லெண்ணெயைக் கொண்டு விளக்கேற்றுங்கள். கடலெண்ணெயைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.
3. தினசரி உங்களுடைய இஷ்ட தேவதையை ஸ்தோத்திரம் மூலம் தியானம் செய்யுங்கள்.
4. காலையில் வாசலில் அரிசிமாவினால் கோலம் போடவும் எறும்புகளுக்கு உணவாக இருக்கும்.
5. பசுக்களுக்கு கீரை, புல், முதலியன கொடுங்கள். கோடை காலத்தில் தண்ணீர் வையுங்கள்.
6. உணவிற்கு முன் காக்காய்க்குச் சாதம் வையுங்கள். சாப்பாட்டிற்குப் பிறகு நாய்க்குச் சிறிது உணவு அளியுங்கள்.
7. கீழ்க்கண்ட வகைகள் தடையில்லாமல் நடக்க (இறைவனிடம் தோன்றிய விநாயக மூர்த்தியை ஸ்தோத்திரம் செய்தால் தடைகளை நீக்கி வெற்றியடையச் செய்வார். தெய்வங்கள் வெறும் சக்திகள் மட்டும் அல்ல. அவைகளுக்கு உருவமும் உண்டு (ஸ்ரீ அரவிந்த மஹரிஷி)
8. மனிதர்களிடம் உள்ள அசுர சக்தியை நீக்கவல்ல கார்த்திகேயனைத் தினசரி ஸ்தோத்திரம் செய்யுங்கள். மயில் வெற்றியைக் குறிக்கும் பறவை. கார்த்திகேயன் தெய்வ சக்திகளின் தளபதி (தேவசேனாபதி) (ஸ்ரீ அரவிந்த மகரிஷி).
9. அவசியம் வீட்டில் சிராத்தம் செய்யுங்கள். அன்று எவ்வளவு பேருக்கு முடியுமோ அவ்வளவு பேருக்கு அன்னம் அளியுங்கள்.
10. நாம் எதைச் செய்கின்றோமோ திரும்ப அதைப் பெறுகின்றோம் (ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை).
11. தங்களுடைய இஷ்ட தெய்வத்திற்கு தேவாலயம் சென்று ஐந்து தடவை பிரதக்ஷணம் செய்யுங்கள்.
12. ஆகையால் தினசரி எத்தனைக்கு எத்தனை ஜீவன்களை சந்தோஷப் படுத்துகின்றீர்களோ அவ்வளவுக்கு கணவன் செய்யும் அதர்ம செலவு குறைந்து குடும்பத்தில் சந்தோஷம் நிலவும். மேலும் இன்பம் அடைய கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் அண்டு ஸ்நாக்ஸில் பண்டங்களை வாங்கி நல்லோருக்கு விநியோகம் செய்யுங்கள்.

இனிப்புகள்: குங்குமப்பூ ஹல்வா, குங்குமப்பூ ஜாங்கிரி, குங்குமப்பூ லட்டு, குங்குமப்பூ பாதம்ஹல்வா, சாக்லெட் கேக், தேங்காய் போளி, சோன்பப்டி.

காரம்: கைமுறுக்கு, தட்டை, தேன்குழல், சீடை, ஸ்பெஷல் மிக்சர், நவரத்னமிக்ஸர், முள்ளுத்தேன்குழல், வெஜிடபிள் சமோசா.

திருமணவைபவங்களுக்கு: பருப்புத்தேங்காய், அதிரசம், சீர்முறுக்கு, முள்ளுத் தேன்குழல், திரட்டுப்பால் ஆகியவை தயாரித்துத் தருகின்றோம்.

தி கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் & ஸ்நாக்ஸ்

24, 2வது மெயின்ரோடு, காந்திநகர், அடையாறு,
சென்னை - 20 போன்: 412557

கிளை: காமதேனு கூட்டுறவு சிறப்பங்காடி, தேனாம்பேட்டை, சென்னை - 18.

Widower without encumbrance may apply. Box No. 2322.

Alliance invited from Bridegrooms Non-Bharadwaja Smartha Brahmins for 32 years old well versed with domestic affairs, wheatish complexion, studied upto S. S. L. C. Decent marriage. Box No. 2323.

Alliance from parents of Telugu Brahmin Non-Koundinya employed girl, for Velnadu boy 29 years, Star Pusam own Industry at Trichy, Rly. Contract, Sub-sects no bar. send horoscope. Box No. 2324.

Wanted pious, tall, good looking employed girl for graduate, direct Bank Officer, 30, Rs. 3200/- p.m. tall, medium complexion, tee-totaller, adi-dravida no bars. Please apply with full details Box No. 2325.

Public Sector Asst. Executive Engineer, B. E., 26 years/165 cms. Seeks suitable alliance from preferably B. E. or M. B. B. S. girls of Kongu Vellala Gounder group. Write with horoscope and other particulars to Box No. 2326.

Alliance invited from well settled boy for decent goodlooking graduate Iyer girl aged 34. Vadamal Srivatsa Gothram, Native Chingleput Dist. Please write to Box No. 2327.

Wanted Non-Srivatsa bridegroom, Well-settled in life and decently employed for a beautiful girl, age 24, height 5'7," employed and domestically well trained. Apply to Box No. 2328.

துளுவ வெள்ளாள முதலியார் – பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த வயது 28, உயரம் 5½ அடி, எம். ஏ. ஸ்டெனோ, சென்ட்ரல் சர்வீஸில் உள்ள பிள்ளைக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த பெண் தேவை. அசைவம் ஆற்காடு முதலியார் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2329.

32, பி. எஸ்ஸி., 5' 4'', மத்திய அரசு மாத சம்பளம் ரூ. 1000/– சிவப்பு நிறம், ஒல்லியானவள், புனர்பூசம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், வடமாள், பற்கள் வரிசையானவை. ஆறுல் வெளிப்படை. மேற்படி பெண்ணுக்குத் தகுந்த ஐயர் வரன் தேவை. விபரங்களை ஜாதகத்துடன் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண்: 2330.

அகமுடைய முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல கௌரவமான குடும்பம் இந்தியன் பாங்கில் நிரந்தரமாக ஆபீசராக பம்பாயில் பணிபுரியும் 28 வயது, படிப்பு பி. ஏ., சிவப்பு நிறம், உயரம் 5' 4'' சம்பளம் ரூ. 2400/–. எல்லா வசதியும் உள்ள வரனுக்கு இதே இனத்தைச் சேர்ந்த நல்ல குடும்பம் சிவந்த நிறம் படித்த வசதியுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகம் இல்லை. பெங்களூரில் உள்ளவர்கள் முக்கியமாகத் தொடர்பு கொள்ளவும். சொந்தக்காரர்கள் வேலூர் சென்னையில் உள்ளனர். பெட்டி எண்: 2331.

கொண்டையன் கோட்டை மறவர் இன பி. ஏ. பட்டதாரியான 28 வயதுடைய அழகான பெண்ணுக்கு, பட்டதாரியான தொழில் புரியும் முற்போக்கு சிந்தனையுள்ள, பரந்த மனப்பான்மையுடைய மணமகன் தேவை. சீதனம் கணிசமான அளவு கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 2332.

படித்த கௌரவமான குடும்பத்திலுள்ள 25 வயது எம். எஸ்ஸி. பி. எட்., அரசுடைமை வங்கியில் பணிபுரியும் அழகான இந்து ஆதி திராவிட மணமகளுக்கு 25 வயதிற்குள் எம். பி. பி. எஸ்., வங்கி, எல். ஐ. சி., மத்திய, மாநில அரசில் பணிபுரியும் அழகான பட்டதாரி இந்து மணமகன் தேவை. ஈரோடு நகரத்தில் வசதியான வீடு உண்டு. சாதி, மொழி பேதமில்லை. பெட்டி எண்: 2333.

நாயுடு, நடுத்தர வகுப்பைச் சேர்ந்த வயது 30, குஜராத்தில் டெக்ஸ்டைல் மில்லில் நிரந்தர வேலையிலுள்ள மாத வருமானம் ரூ. 800/– மணமகனுக்கு, அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த 8–ம் வகுப்புக்குள் படித்துள்ள, 25 வயதுக்குட்பட்ட பெண் தேவை. மிகவும் எளிய முறையில் திருமணம் செய்ய விருப்பம். விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2334.

Employed Tamilian Vadama Iyer Bachelor postgraduate 44/2900 invites alliance from Iyer/Iyengar brides. employed preferred but not a condition. widows/Divorcees with one child no bar. Registered marriage only. Box no. 2335.

பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், ரோஹிணி நட்சத்திரம் 30 வயதுள்ள, எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த 165 செ. மீ. உயரம் உள்ள அழகான குடும்பப் பாங்கான பெண்ணுக்கு நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2336.

செங்குந்த முதலியார், மாநில அரசு பணி (Staff Nurse) வயது 31, உயரம் 155 செ. மீ. சம்பளம் ரூ. 1300/– நல்ல குடும்பமும், தெய்வ பக்தியும், அழகுமுள்ள பெண். படித்த/நிரந்தர/அரசு வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. ஜாதகம் இல்லை. பெட்டி எண்: 2337.

வயது 29, மாத வருமானம் 800/– மத்திய அரசு முதலியார் பையனுக்கு ஜாதி பேதமில்லாத வேலைக்கு செல்லும் மணமகள் தேவை. ஏழ்மையாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. சைவமாக இருத்தல் நலம். பெட்டி எண்: 2338.

வெள்ளாளர் பிள்ளை, பெண் 26/5' 4'' வெள்ளை நிறம், பட்டதாரி, தமையன் 32/5' 10'' அயல்நாட்டில் எலக்ட்ரானிக் டெக்னீசியன் ஆக. வேலை. செய்பவருக்கு தக்க வரன்கள் தேவை. முதல் சலுகை தேவை இல்லை. உடனே கல்யாணம் குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2339.

மிக வசதியுள்ள, படித்த 24 வயது செங்குந்த முதலியார் இளைஞருக்கு அதே வகுப்பில் அழகிய சிவந்த நிறம் கொண்ட, வசதியுள்ள, படித்த நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 2340.

நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த மணமகள் தேவை. M. E. (Computer Science) படித்து அரசாங்க வேலையுள்ள வெள்ளாஞ்செட்டியார் பெண் வயது 29, உயரம் 160 cms வாங்கும் சம்பளம் ரூ. 2000/– I. A. S., டாக்டர், இன்ஜினியர், பேங்க் ஆபீசர், வக்கீல், தொழில் நிர்வாகி, ஆடிட்டர், ஆகியோர் மட்டும் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 2341.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600 032. (Phone: 431543)
Assistant Editor: Manjula Ramesh.



தி டேஸ்டி
கலெக்ஷன்
விந்தை பல செய்யும்
மில்க்மெய்ட்
Nestlé
Milkmaid
SWEETENED
CONDENSED
MILK



மில்க்மெய்ட் ஸ்பஞ்ச் கேக்

8-9 பேர்களுக்கு

தேவை:

200 கி. மைதாமாவு, 2 தேக்கரண்டி ரொட்டி பவுடர், 150 கி. வெண்ணெய்/நெய், உப்பு ஒரு சிட்டிகை, 4 முட்டைகள், 1½ டின் மில்க்மெய்ட், 1 தேக்கரண்டி வனிலா எஸ்ஸென்ஸ்.

செய்முறை:

9" வாணலியில் லேசாக நெய் தடவுங்கள். மாவு, ரொட்டிப் பவுடர், உப்பு ஆகியவற்றை கலந்து இரண்டுமுறை சலித்து எடுங்கள். ஒரு பாத்திரத்தில் வெண்ணெய்யை போட்டு மிருதுவாக பஞ்சு போல ஆகும் வரை கலக்கவும். முட்டைகளை ஒவ்வொன்றாக ஊற்றி, ஒவ்வொரு தடவையும் நன்கு கலக்கவும். மில்க்மெய்டும் எஸ்ஸென்ஸும் விட்டு கலக்கி, மாவில் வைத்து மடிக்கவும்.

இவற்றை நெய் தடவிய வாணலியில் ஊற்றி நல்ல சூட்டில் 50 நிமிடத்துக்கு வேகவிடவும். பிறகு சூட்டை மிதமாக்கி 20 நிமிடத்துக்கு அல்லது கேக்கில் சொருகிய கத்தி மாவு ஒட்டாமல் வரும் வரை சுடவும். கம்பிவலைத் தட்டில் வைத்து குளிர்விக்கவும்.

மில்க்மெய்ட் சேவியான்

4 பேர்களுக்கு

தேவை:

1 டின் மில்க்மெய்ட், 50 கி. சேமியா, ½ கப் கிஸ்மிஸ் மற்றும் பருப்புகள் (விரும்பினால்), 2 கப் பால், 2 டேபிள் ஸ்பூன் வெண்ணெய்.

செய்முறை:

வெண்ணெயில் சேமியாவை பொன்னிறமாக வரும் வரை வறுக்கவும். பாலும் மில்க்மெய்டும் சேர்த்து குழைவாக வரும் வரை காய்ச்சவும். கிஸ்மிஸ், பருப்பு சேர்த்து சூடாகவோ ஆற வைத்தோ பரிமாறுங்கள்.





மில்க்மெய்ட் பாயசம்

6 பேர்களுக்கு

தேவை:

1 டின் மில்க்மெய்ட், 1 லிட்டர் பால், 100 கிராம் அரிசி, பொடித்த ஏலக்காய் 2, ½ கப் முந்திரி பருப்பு, திராட்சை (விரும்பினால்)

செய்முறை:

பாலில் அரிசியை போட்டு நன்கு வேக விடவும். மில்க்மெய்ட் ஊற்றி பொடித்த ஏலக்காயை போட்டு வேண்டிய அளவு குழையும் வரை இளஞ்சூட்டில் சமைக்கவும். உடைத்த முந்திரி பருப்புகளையும், திராட்சையையும் தூவி சூடாகவோ குளிர்ச்சியாகவோ பரிமாறுங்கள்.



மில்க்மெய்ட் ஐஸ்கிரீம்:
4 பேருக்கு

தேவை:

ஐஸ்கிரீம்: 3 முட்டை, ½ டின் மில்க்மெய்ட், 1 தேக்கரண்டி வனிலா எஸ்ஸென்ஸ், ½ கப் பால்.

சாக்லேட் சாஸ்:

50 கிராம் வெண்ணெய், 30 கிராம் சாக்லேட், ½ டின் மில்க்மெய்ட்.

செய்முறை:

ஐஸ்கிரீம்: முட்டையை உடைத்து வனிலா, பால், மில்க்மெய்ட் சேர்த்து அடர்த்தியான கிரீம் வரும் வரை நன்கு கலக்கவும். பின்னர் கிண்ணத்தில் ஊற்றி ஃப்ரிஜில் வைக்கவும்.

சாக்லேட் சாஸ்: எல்லாப் பொருட்களையும் சேர்த்து இதமான சூட்டில் கொழகொழப்பாகும் வரை காய்ச்சவும். சூடாக ஐஸ்கிரீமோடு பரிமாறுங்கள்.

மில்க்மெய்ட் எக்லெஸ் கேக்
10—12 பேர்களுக்கு

தேவை:

2 கப் மாவு, 1½ கப் வெண்ணெய் நெய், 1 டின் மில்க்மெய்ட், 1 கப் தண்ணீர் (½) தேக்கரண்டி வனிலா எஸ்ஸென்ஸ், உப்பு ஒரு சிட்டிகை, ½ தேக்கரண்டி ரொட்டி பவுடர், 1 கப் உடைத்த பருப்பு.

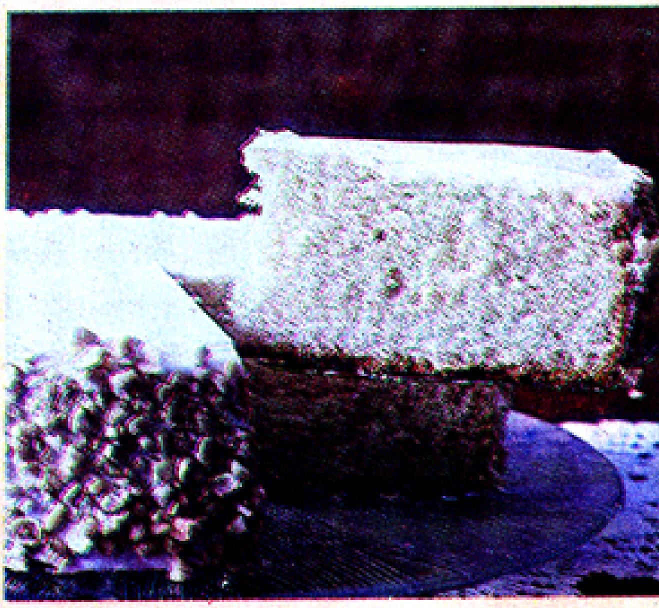
செய்முறை:

வெண்ணெயை பஞ்சு போலாகும் வரை கலக்கவும். மில்க்மெய்ட், தண்ணீர், கிரீமாக கலக்கிய வெண்ணெய், உடைத்த பருப்புக்கள் ஆகியவற்றை ஒரு வாணலியில் போட்டு கொதிக்க விடவும். பிறகு அடுப்பிலிருந்து இறக்கி ஆறவிடவும்.

மாவு, ரொட்டி பவுடர், உப்பு ஆகியவற்றை சேர்த்து சலிக்கவும். இதை மில்க்மெய்ட் பருப்பு கலவையுடன் சேர்த்து நன்கு கலக்கவும்.

வனிலா எஸ்ஸென்ஸை சேர்த்து, நெய் தடவிய 8" வாணலியில் ஊற்றவும். 1½ மணி நேரத்துக்கு 150° C சூட்டில் சுட்டு எடுக்கவும்.

இதற்கு மேல் சாக்லேட், லெமன் அல்லது ஆரஞ்சு சுவை கொண்ட மில்க்மெய்ட்டும் ஊற்றலாம்.





மில்க்மெய்ட் லெமன் ஸூஃப்ளே
4 பேர்களுக்கு

தேவை:

2 எலுமிச்சை, 3 முட்டை பிரித்தது, ½ கப் சர்க்கரை, 2 தேக்கரண்டி ஜெலட்டின், ½ டின் மில்க்மெய்ட், அலங்காரமாய் வைக்க கொஞ்சம் செர்ரி பழங்கள்.

செய்முறை:

எலுமிச்சம் பழங்களை சாறு பிழிந்து, ஒரு பழத்தின் மூடியை பொடியாகத் துருவிக் கொள்ளுங்கள். சூடான தண்ணீர் உள்ள ஒரு வாணலி மேல் ஒரு தட்டை வைத்து அதில் சாறு, மூடித் துருவல், முட்டைக் கரு, சர்க்கரை ஆகியவற்றை வைத்து கிரீமாக மாறும் வரை கலக்கவும்.

½ கப் சுடு நீரில் (கொதிநீர் அல்ல) ஜெலட்டினை இளக்கி, அதை லெமன் கலவையுடன் சேர்த்து, மில்க்மெய்ட் ஊற்றி கிரீமாகும் வரை கலக்கவும். முட்டை வெள்ளையை நன்கு அடித்து இந்தக் கலவையில் விடவும்.

ஒரு தட்டில் ஊற்றி, ஒரு ஃப்ரிஜில் வைக்கவும்.



மில்க்மெய்ட் பிர்னி

6 பேர்களுக்கு

தேவை:

1 டின் மில்க்மெய்ட், ½ லிட்டர் பால், 100 கி. அரிசி, ¼ தேக்கரண்டி கேவ்ரா எஸ்ஸென்ஸ், பருப்பு மற்றும் வெள்ளி ரேக்கு (விரும்பினால்)

செய்முறை:

அரிசியை நன்கு கழுவி முதல் நாளிரவே ஊற வைக்கவும். வடித்து விட்டு, சிறிது தண்ணீர் விட்டு நைஸாக அரைத்துக் கொள்ளவும். மில்க்மெய்ட், பால், அரைத்த அரிசி மாவு கலந்து கொதிக்க விடவும். லேசான வெப்பத்தில் விடாமல் கிளறி விட்டு கெட்டியாக விடுங்கள்.

ஆற வைத்து கேவ்ரா எஸ்ஸென்ஸ் சேர்த்து தட்டையான பாத்திரத்தில் ஊற்றவும்.

நன்கு படிந்தவுடன் பருப்பு, வெள்ளி ரேக்கு கொண்டு அலங்கரிக்கவும்.

மில்க்மெய்ட் சாக்லேட் பர்பி

8 பேர்களுக்கு

தேவை:

1 டின் மில்க்மெய்ட், 100 கி. உடைத்த பருப்புக்கள், ½ கப் கோக்கோ, 50 கி. வெண்ணெய், ¼ கப் சர்க்கரை.

செய்முறை:

வாணலியில் மில்க்மெய்ட் ஊற்றி கூடவே வெண்ணெய், சர்க்கரை சேர்க்கவும். கோக்கோவும் பருப்பும் போட்டு இதமான சூட்டில் வாணலியில் பிடிக்காத வரை கிளறவும். வெண்ணெய் தடவிய தட்டில் சீராக ஊற்றி குளிரவிட்டு வில்லை போடுங்கள்.





மில்க்மெய்ட் கோகனட் லட்டு

6-8 பேர்களுக்கு

தேவை:

250 கி. தேங்காய் பவுடர், 1 டின் மில்க்மெய்ட்.

செய்முறை:

50 கி. தேங்காய் பவுடரை தனியாக எடுத்து வைக்கவும்.

மீதியுள்ள தேங்காய் பவுடரை மில்க்மெய்டில் போட்டு, லேசான வெப்பத்தில் வாணலியின் பக்கத்தில் பிடிக்காத வரைகிளறி விட்டு காய்ச்சவும்.

ஆற வைத்து, கைகளில் வெண்ணெய் தடவிக் கொண்டு சின்ன லட்டு உருண்டைகளாக பிடிக்கவும். எடுத்து வைத்த தேங்காய் பவுடரில் இவற்றை உருட்டி எடுத்து பரிமாறவும்

REGISTERED No. TN MS (S) 231
Registered as a Newspaper in Sri Lanka

